Die vhs
Volkshochschulen

Gesellschaft

Beruf

Sprachen

Gesundheit

Kultur

Spezial

Semesterthema:

Was ist Schönheit ?

Mit dem **KULTURTICKET** kostenlos in die vhs!

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Programm

2. Halbjahr 2012

www.vhs-wiesbaden.de

Wissen und **mehr**

Hier bin ich die Nr. 1
Nele Neuhaus
Buchautorin
Naspa-Kundin seit 2002
Weil meine Berater immer für mich da sind.
Meine Komfort-Sparkasse Naspa

100% FILET.
IST DAS NOCH FASTFOOD?
KFC sogood™
HANDMADE IN KFC
100% FILET
FRISCH PANIERT VOR ORT
KFC WIESBADEN - SCHIERSTEINER STR. 80

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Alcide-de-Gasperi-Straße 4–5
65197 Wiesbaden (Europaviertel)
Telefon (06 11) 98 89–0
Telefax (06 11) 98 89–200
E-Mail: anmeldung@vhs-wiesbaden.de
Homepage: www.vhs-wiesbaden.de

Gesellschaft

7

Gesellschaft und Alltag

Philosophie 8
Umwelt 9
Religion 10
Politik 10
Erzählcafé 11
Wiesbaden Stiftung 12
Freiwilligenzentrum e.V. 13
Ratgeber Recht 14
Ratgeber Altersvorsorge, Geld und Anlagen 15
Ratgeber Nähen 18
Ratgeber Technik 19

Kultur

21

Kultur und Kreativität

Literatur und Film 22
Kunst- und Kulturgeschichte 25
Theater 28
Malen und Zeichnen 31
Künstlerisches Gestalten 38
Musik in Theorie und Praxis 41
Fotografie, Video 43
Kultur im Miteinander 45
Whisky, Wein und mehr 46
Hier und dort: Landeskunde regional und international 47
Reisen, Fahrten und Rundgänge 47
Kultur und Kulinarik 50

Beruf

53

Beruf und Karriere

Wirtschaftskompetenz 55
Führung und Management 56
Projektmanagement 58
Selbst- und Sozialkompetenz 58
Büroorganisation/Sekretariat 62
Coaching/Bewerben 63
Berufliche Qualifizierung 64
Selbstmanagement 66
Kommunikation/Rhetorik 67
Schulabschlüsse 72
Weiterbildungsförderung 73
EDV 75

Sprachen

87

Sprachen und Kommunikation

Sprachberatung 88
Prüfungen 90
Kommunikation 91
Grundbildung (Alphabetisierung) 94, 95
Deutsch 94
Deutsch als Fremd-/Zweitsprache Integrationskurse 95
Tandem Deutsch-International 98
Englisch 100
Französisch 104
Italienisch 107
Spanisch 109
Altgriechisch – Ungarisch 112
Weiterbildung und Lehrkräftequalifizierung 119

Gesundheit

121

Gesundheit und Natur

Natur 122
Ernährung 124
Stilberatung/Kosmetik 128
Psychologie und psychische Gesundheit 128
Weiterbildungen im Gesundheitsbereich 132
Prävention und Gesundheitsbildung 133
Erkrankungen und Heilmethoden 135
Entspannung und Körpererfahrung 137
Sport und Bewegung 144
Tanz 149
Wassersport 152

Spezial

Spezial

Semesterthema »Auf der Suche nach Glück« 6
vhs Rheingau-Taunus 20
Fortbildungsseminare für Kursleiter/innen 119
Akademie für Ältere 155
junge vhs 161
Einzelveranstaltungen 166

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Service

Vorstand/Leitbild: Bildung für alle! 4
So erreichen Sie uns/Vorortbildungswerke 5
Anfahrtplan 52
Anmeldeformular 173
Dozentinnen und Dozenten 172
Kooperationspartner/innen 172
Stichwortverzeichnis 174
Impressum 175
Unterrichtsstätten 176
Geschäftsbedingungen 178

Volkshochschule Wiesbaden

Das Leitbild

Die Volkshochschule Wiesbaden steht

allen Menschen offen, ungeachtet von

Religion, Alter, Nationalität, Geschlecht

und sozialer Herkunft.

Bildung für alle!

Wir sind die Volkshochschule der Landes-

hauptstadt Wiesbaden und nehmen die

kommunale Pflichtaufgabe öffentlicher

Weiterbildung nach dem Hessischen Weiter-

bildungsgesetz wahr.

Wir bieten hochwertige und bezahlbare

Bildung für alle.

Lernen ist aus unserer Sicht erfolgreich, wenn

die selbst gesetzten und vereinbarten Ziele

erreicht werden, die Menschen Lust am

Lernen haben und den Lernprozess aktiv mit-

gestalten.

Wir unterstützen lebensbegleitendes

Lernen und die Entwicklung persönlicher

und sozialer Kompetenz, die zur selbst-

bewussten Teilhabe am beruflichen und

gesellschaftlichen Leben befähigt.

Vorstand der
Volkshochschule Wiesbaden e.V.

- Vorsitzende: Rose-Lore Scholz, Kulturdezernentin (zugleich Vorsitzende des Gesamtvorstandes)
- Dorothea Angor
- Karla Kamps-Haller
- Helmut Nehrbaß
- Torsten Tollebeek
- Britta Weber
- Helmut von Scheidt (stv. Vors.)
- Als Direktor der Volkshochschule: Hartmut Boger
- Als Leiterin des Kulturamts: Ingrid Roberts
- Als Sprecherin des Beirats Akademie für Ältere kooptiert: Helga Skolik
- vhs-Ehrenvorsitzender: Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme

Der Vorstand bildet mit folgenden Vertreter/inne/n der Stadt und der vbw den Gesamtvorstand, der nach § 10 der Satzung »die zur Koordination der Zusammenarbeit erforderlichen Beschlüsse« fasst:

- Dr. Gernot Gruber, Volkshochschule AKK e.V.
- Walter Richters, Volksbildungsstätte Schierstein e.V.
- Regina Titzrath-Mahler, Volksbildungswerk Bierstadt e.V.
- Johanna Domann-Hessenauer, Volksbildungswerk Klarenthal e.V.
- Angelika Schmidt, Volksbildungswerk Nordenstadt-Erbenheim-Delkenheim e.V.

Akkreditierungen
und Qualitätszertifikate der vhs

Seit dem 21.5.2007 durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) für die Durchführung der Zusatzqualifizierung Deutsch als Zweitsprache für Lehrkräfte in Integrationskursen akkreditiert.

Beim Institut für Qualitätssicherung (IQ) des Landes Hessen als Träger für Lehrerfortbildungsangebote akkreditiert.

Ausgezeichnet für die Standorte Biebricher Allee 42 und Alcide-de-Gasperi-Straße 4/5 durch:

LQW ArtSet® Qualitätstestiert bis 25.08.2013

Zertifizierungsstelle cert:it www.cert-it.com geprüfte Qualität zertifiziert nach AZWV 2008-AZWV-1002

ÖKOPROFIT Wiesbaden 2007/2008

Geschäftsstelle vhs Wiesbaden

Alcide-de-Gasperi-Straße 4,
65197 Wiesbaden (Europa-Viertel)
ESWE-Buslinien 5, 8, 11, 15, 18, 38
Haltestelle Willy-Brandt-Allee/
Volkshochschule
Telefon (06 11) 98 89–0
Fax (06 11) 98 89–200
E-Mail:
anmeldung@vhs-wiesbaden.de
Internet: www.vhs-wiesbaden.de

Öffnungszeiten
Montag, Dienstag, Donnerstag
9:00 – 13:00 und 14:00 – 18:00 Uhr,
Mittwoch 8:00 – 14:00 Uhr,
Freitag 9:00 – 12:00 Uhr.

So können Sie sich anmelden

- Persönlich in der Geschäftsstelle
- Schriftlich
- Per Telefon: (0611) 9889–0
- Per Fax: (0611) 9889–200
- Per E-Mail:
  anmeldung@vhs-wiesbaden.de
- Online unter
  www.vhs-wiesbaden.de

Geschäftsbedingungen Seite 178

vhs-Service-Telefon (0611) 9889–0

Montag bis Donnerstag:
9:00 – 13:00 und 14:00 – 17:00 Uhr
Freitag: 9:00 – 12:00 Uhr

Sprachberatung **Seite 88**

Geschäftsstelle geschlossen!
Die Geschäftsstelle
der Volkshochschule Wiesbaden
ist vom 24.12.2012 bis einschließ-
lich 1.1.2013 geschlossen.
Anmeldungen können persönlich
wieder vorgenommen werden
ab dem 2. Januar 2013.

Alcide-de-Gasperi-Straße 4, Haus A, 65197 Wiesbaden

Direktor der vhs Wiesbaden
Hartmut Boger

Assistentin: Bianca Korn
Tel. 98 89–111, Fax 98 89–119
E-Mail:
leitungsassistenz@vhs-
wiesbaden.de

Assistentin Öffentlichkeitsarbeit:
Barbara Steichert
Tel. 98 89–127/111, Fax 98 89–200
E-Mail:
bsteichert@vhs-wiesbaden.de

Verwaltungsleitung: Pia Schulze
Administrator: Johannes Zahn

Anmeldung, zentrale Verwaltung
Fax 98 89–200
E-Mail:
anmeldung@vhs-wiesbaden.de
Evelyn Ebel, Nicole Kaiser,
Christiane Djokic, Dagmar Kube,
Elif Sögütlüdere, Cornel Spira
Hausmeister: Hans-Jörg Arnold

Fachbereich Sprachen
Harald Schott, Fachbereichsleiter
und stellvertretender Direktor
E-Mail: hschott@vhs-wiesbaden.de

Anja Caroline Weber
Fachbereichsleiterin
E-Mail: acweber@vhs-wiesbaden.de

Pädagogische Mitarbeiterinnen:
Beate Jung-Stöckle, Gabriele Nisius

Assistentinnen:
Michaela Maschlanka,
Karin Schneider
Tel. 98 89–134 / 98 89–135
Fax 9889–139

Fachbereich
Gesundheit und Natur
Renate Menning
E-Mail: rmenning@vhs-wiesbaden.de

Assistentin: Susanne Petzoldt
Tel. 98 89–140, Fax 9889–139
E-Mail: spetzoldt@vhs-wiesbaden.de

Spät- und Wochenenddienst
Tel. 98 89–116

Alcide-de-Gasperi-Straße 5, Haus B, 65197 Wiesbaden

Fachbereich Beruf und Karriere
Annette Groth

Assistentin: Christine Schillinger
Tel. 98 89–151; Fax 98 89–159
E-Mail: berufundkarriere
@vhs-wiesbaden.de

Pädagogische Mitarbeiter/innen:
Sabine Aun, Robert Baric, Karin
Decker, Joachim Dersch, Andreas
Goller, Ute Hollingshaus, Irene
Knoch-Jackwerth, Christina Kreißl,
Jürgen Koch, Britta Laumann,
Thomas Lenders, Carsten Podlesny,
Thomas Reschke, Birgit Reuther,
Elke Scharmann-Köhler,
Dominik Schauer, Sebastian
Schwarzkopf, Imke Steinert,
Heike Ullrich, Stefan Zimmermann
Verwaltung:
Ursula Debus, Margit Scherrer

Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42, 65187 Wiesbaden

Fachbereich Kultur
Elfriede Weber
E-Mail: eweber@vhs-wiesbaden.de
Tel. 98 89–161

Fachbereich Gesellschaft
Hartmut Boger

Akademie für Ältere
Marianne Latsch
Tel. 98 89–162, Fax 98 89–169
E-Mail: mlatsch@vhs-wiesbaden.de

Bushaltestelle Nußbaumstraße,
Linien 4, 14

Assistentinnen: Angela Schneider,
Doris Vellmer-Kraus
E-Mail: villa@vhs-wiesbaden.de
Tel. 98 89–161, Fax: 98 89–169

Hausmeisterpaar:
Durda und Vlado Klinec

Projektbüro HessenCampus Wiesbaden

Nicole Möhlenkamp
Hasengartenstraße 2
65189 Wiesbaden, Tel. 44 56 69 40
nmoehlenkamp@
hessencampus-wiesbaden.de

Außenstelle Naurod/Auringen, Kellerskopfschule

Rudolf-Dietz-Straße 12,
65207 Wiesbaden-Naurod
Telefon (0 61 27) 9 91 78 90
Leitung: Erwin Potthof
in Zusammenarbeit mit den
Fachbereichsleiter/inne/n der
vhs Wiesbaden

Vorortbildungswerke

Korporative Mitglieder der
Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Volkshochschule AKK e.V.
(Amöneburg, Kastel, Kostheim)
55252 Mainz-Kastel
Zehnthofstraße 41 (Bürgerhaus)
Geschäftsstelle:
Montag: 16:00–19:00 Uhr, Dienstag – Donnerstag: 9:00–12:00 Uhr
(Christa Gabriel)
Telefon (06134) 72 93 00
Telefax (06134) 6 25 24
E-Mail: info@vhs-akk.de
www.vhs-akk.de

Volksbildungsstätte Schierstein e.V.
65201 Wiesbaden-Schierstein
Karl-Lehr-Straße 6 (Rathaus)
Geschäftsstelle:
Dienstag: 10:00–12:00 Uhr
Mittwoch und Donnerstag:
10:00–12:00 und 15:00–17:00 Uhr,
(Jennifer John)
Telefon (0611) 29711
Telefax (0611) 5324804
E-Mail: info@vbs-schierstein.de
www.vbs-schierstein.de

Volksbildungswerk Bierstadt e.V.
65191 Wiesbaden-Bierstadt
Fliednerstraße 2
Eingang Biegerstraße
Geschäftsstelle: Montag bis
Donnerstag: 10:00–13:00 Uhr,
Mittwoch: 16:00–19:00 Uhr
(Dr. Bettina Bosold-DasGupta)
Telefon (0611) 503907
Telefax (06 11) 1 89 90 43
E-Mail: info@vbw-bierstadt.de
www.vbw-bierstadt.de

Volksbildungswerk Klarenthal e.V.
65197 Wiesbaden-Klarenthal
Sophie-und-Hans-Scholl-Schule
Geschwister-Scholl-Straße 10
Geschäftsstelle:
Montag–Freitag: 10:00–14:00 Uhr,
Dienstag: 15:00–18:00 Uhr
(Stefan Knab)
Telefon (0611) 467403
Telefax (06 11) 46 64 98
E-Mail: info@klarenthal.org
www.klarenthal.org

Volksbildungswerk Nordenstadt-Erbenheim-Delkenheim e.V.
65205 Wiesbaden-Nordenstadt
Haus der Vereine
Turmstraße 11
Geschäftsstelle:
Montag–Freitag: 9:00–12:00 Uhr,
Donnerstag: 16:00–18:00 Uhr
(Andreas Gehring)
Telefon (06122) 1 29 18
Telefax (0 61 22) 7 61 13
E-Mail: info@vbw-ned.de
www.vbw-ned.de

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Semesterthema

WAS IST Schönheit?

EDITORIAL

Sehr geehrte Damen und Herren,

nach dem Erfolg des Semesterthemas »Auf der Suche nach Glück« widmen wir uns jetzt der Frage »Was ist Schönheit?«.
Die Vielzahl der möglichen Antworten macht beispielhaft der französische Schriftsteller Charles Baudelaire deutlich, der bereits 1846 formulierte: »Es gibt ebenso viele Schönheiten, wie es übliche Weisen gibt, das Glück zu suchen.« Damit formuliert er eine zeittypische Auffassung der Moderne, die das Bewusstsein vom Ende der ästhetischen – und politischen – Bevormundung durch die Obrigkeit zum Ausdruck bringt. Allgemeingültige Kriterien wie Regelmäßigkeit, Harmonie oder Symmetrie werden nicht mehr fraglos akzeptiert, weder für die Gestaltung künstlerischer Werke noch für die Gestaltung des eigenen Lebens als »ästhetischer Existenz« (Michel Foucault).
Wir haben unser Semesterthema bewusst als offene Frage formuliert, da es uns wichtig ist, das Interesse an den unterschiedlichen Auffassungen und Aspekten von Schönheit in Geschichte und Gegenwart zu wecken. Im Einzelnen widmen wir uns Fragen nach Schönheit in Natur und Kunst, im Design, am eigenen Körper, in der Musik und im Alter. Konstruktionen der Schönheit als Ideal werden ebenso thematisiert wie ihre Bedeutungen zwischen Liebe und Tod.
Wir laden Sie herzlich ein, sich an der Suche nach Antworten zu beteiligen.

Schöne Erlebnisse wünscht Ihnen
Hartmut Boger
Direktor
der Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Semestereröffnung

Ist Schönheit machbar?

Wir Menschen sind Kultur erzeugende Wesen. Wir kultivieren und ästhetisieren unsere Umwelt. Natur verwandeln wir zu Kunst und Kultur. Heutzutage dominieren die künstlichen Zustände und Ereignisse, so dass auch das »Schöne« als ein realer Zustand aufgefasst wird, den man als »ästhetischen Zustand« bezeichnet. Gibt es eine Vorstellung vom Schönen oder gibt es nur seine Herstellung und seine Wahrnehmung? Die Entstehung einer Welt aus Zeichen, ist eine der wesentlichen Charakteristika unserer technischen Zivilisation. Dank einer Reihe neuerer Wissenschaften wie der Semiotik, Kommunikationsforschung und Informationstheorie können ästhetische Phänomene wie Werbung, Architektur, Kunst und Design studiert, geplant und organisiert werden.
In ihrem Vortrag wird Professorin Schulisch-Höhle, Hochschule Rhein-Main, sich mit dem Unterschied zwischen dem Begriff »Das Schöne« in der klassischen und modernen Ästhetik beschäftigen sowie differenziert auf aktuelle Design- und Kunstobjekte eingehen.
D12000V Eintritt frei
Rathaus,
Stadtverordneten-Sitzungssaal
Mi, 22.8.2012, 19:00 – 21:00 Uhr
Prof. Dr. Olga Schulisch-Höhle

Schönheit: Lust und Last, Politik und Spiel

D11045 40,– €
5 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Jürgen Striebinger Seite 9

Kann (oder soll) Musik schön sein?

Vortrag mit Diskussion
D24110V 6,– €
1 Abend, 24.9.2012
Mo, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. Daniel A. Schmicking Seite 41

(K)eine Geschichte der Schönheit

Aus dem Hässlichen lässt sich viel machen, aus dem Schönen nichts.
D20110V 6,– €
1 Abend, 25.9.2012
Di, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. Bettina Bosold-DasGupta Seite 23

Ick kann mir nich helfen, ick finde ma schön!

Der Mensch – Ebenbild Gottes.
D11220V 6,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, 17.9.2012,
Mo, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. med. R. Mathias Dunkel Seite 10

»Wer die Schönheit angeschaut mit Augen«

Ästhetische Erfahrung zwischen Eros und Thanatos
D11040V 6,– €
Villa Schnitzler; Raum
1 Abend, 10.10.2012
Mi, 19:00 – 21:00 Uhr
Prof. Dr. phil. Ferdinand Fellmann
Seite 9

»Friedlich und heiter ist dann das Alter«

Alter und Schönheit
als Thema in Philosophie und Poesie
D11037V Eintritt frei
LAB, Karlstr. 27
1 Nachmittag, 5.12.2012
Mi, 15:00 – 17:00 Uhr
Hartmut Boger Seite 9

Schönheit und Ideal

Villa,1 Abend, 6.12.2012, 6.- €
Do, 19 – 21 Uhr
Prof. Dr. Frauke Berndt Seite 22

Schön!

Beautyretusche mit Photoshop
D54075 185,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Gerard Moeres Seite 82

Die Macht der Schönheit

D82440 59,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Claudia Roth Seite 131

Spieglein, Spieglein an der Wand …

Wie wirke ich auf andere?
D82450 43,– €
1 Tag, 6.10.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Wilma Fassmann Seite 131

Inhalt

Philosophie	8
Umwelt	9
Religion	10
Semestereröffnung	10
Politik	10
Erzählcafé	11
Ehrenamt	12
Freiwilligenzentrum	13
Ratgeber Recht	14
Ratgeber Anlagen	15
Ratgeber Nähen	18
Tandem Deutsch-International	19
Ratgeber Technik	19

Bewusst anknüpfend an die humanistischen, aufklärerischen und demokratischen Traditionslinien europäischer Geschichte verfolgt der Fachbereich »Gesellschaft und Alltag« folgende Ziele:

- das Interesse der Menschen an der Beschäftigung mit politischen, rechtlichen, philosophischen und religiösen Themen wecken unter besonderer Berücksichtigung interkultureller Verständigungsprozesse;
- zur kritischen Auseinandersetzung mit geistigen, gesellschaftlichen und rechtlichen Entwicklungen herausfordern;
- zur ethischen Orientierung und Urteilsbildung beitragen;
- zur demokratisch gestaltenden Teilnahme am gesellschaftlichen Meinungs- und Willensbildungsprozess auffordern und befähigen – im Sinne einer aktiven und solidarischen Bürgergesellschaft!

Hartmut Boger
Direktor der Volkshochschule Wiesbaden e. V.
Leiter des Fachbereichs »Gesellschaft und Alltag«

Fachbereichsassistenz:

Angela Schneider

Doris Vellmer-Kraus

Villa Schnitzler,
Biebricher Allee 42
(Haltestelle Nußbaumstraße),
Telefon 98 89-161,
Telefax 98 89-169,
E-Mail: villa@vhs-wiesbaden.de

Information und Beratung nach telefonischer Absprache.

Die Veranstaltungen finden in der Villa Schnitzler statt, wenn kein anderer Ort angegeben ist.

Die Villa Schnitzler ist barrierefrei!

Gesellschaft und Alltag

Philosophie

Gespräche über die Philosophie der Lebensfreude

Epikur bildet mit seiner Schule den Kontrapunkt zu der Philosophie der drei großen athenischen Philosophenschulen und wird durch das Christentum der Erinnerung des Abendlandes weitgehend entrückt werden. Aber vielleicht ist sein Hedonismus gerade dadurch heute von erneutem Interesse, dass er eine dem Diesseits und seinen materiellen Schätzen zugewandte Philosophie entwickelt, die mit dem modernen, noch immer dominierenden gottfernen Denken der Aufklärung viele Verwandtschaft hat.
Seine Lehren sollen im Gespräch zur Diskussion gestellt und auf ihre gegenwärtige Tragfähigkeit hin kritisch betrachtet werden.
Literatur: Epikur: Briefe, Sprüche, Werkfragmente (Reclam UB 9984)
D11010 10,00 Ustd. 40,– €
5 Nachmittage, ab 23.10.2012
Di, 16:00 – 17:30 Uhr
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme

Kolumban und die Grundlegung Europas

Vor genau 1500 Jahren, im Jahre 612, wird der irische Mönch Kolumban mit seinen Gefährten seinen Zug durch das Frankenland bis nach Norditalien beenden und einige für die Geistesgeschichte Europas ungemein wichtige Klostergründungen – nicht zuletzt mit seinem Begleiter Gallus im heutigen St. Gallen – geschaffen haben. Sein nachhaltiges Wirken bildet, wie gelegentlich zu Recht gesagt wird, die Brücke zwischen der versunkenen Antike und dem anbrechenden lateinischen Mittelalter. Seine Leistung für die geistige Grundlegung des karolingischen Europa soll aus Anlass des bedeutsamen Jubiläums gewürdigt werden.
Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse.
D11020V 6,– €
1 Abend, 3.9.2012
Mo, 19:30 – 21:00 Uhr
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme

Lebenserinnerungen in Versen

Bei Dotzheimer Wein wird Böhme auf seine humorvoll-besinnliche Weise gereimte Erinnerungen an frühen Weingenuss, an Wanderungen in anderen Weinregionen, an Großeltern, Kindheit und sächsische Heimat zu Gehör bringen. Allem ist ein Schuss Ironie beigegeben, in dem sich eine maßvolle Lebensweisheit verdichtet.
Das Duo Hans Fischer (sax, fl) und Hartmut Boger (Kontrabass) sorgt für die passende musikalische Begleitung.
Anmeldung beim Weingut (€ 9,–):
Telefon: 42 19 78 oder E-Mail:
cukh.schu@web.de (Vorverkauf)
Informationen:
www.nicolayschuster.de
Weingut Nicolay-Schuster,
Wiesbaden-Dotzheim
Einlass ab 17 Uhr.
D11025V 9,– €
1 Abend, 31.8.2012
Fr, 19:00 – 21:00 Uhr
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme

Orientierungspunkte – Philosophischer Jour fixe

Philosophie ist die nie endende Auseinandersetzung mit grundlegenden Lebensfragen. Mit dem Leben ändern sich die Fragen, weil die Antworten das Leben tragen müssen, wenn sie etwas taugen sollen. Aber die zugrunde liegenden Themen bleiben verwandt.
Fortlaufend einmal im Monat, immer am dritten Dienstagabend, findet der philosophische Jour fixe statt. Er führt in Positionen und Autoren der Philosophiegeschichte von der Antike bis heute ein. Dabei greift er Grundthemen des menschlichen Lebens in alten und neuen Formen auf. Zugleich gibt er dadurch kontinuierlich Anregungen und setzt Orientierungspunkte.
Die Themen folgen in lebendigem Wechsel. Es geht nicht um Vollständigkeit und Chronologie der Geschichte. Jedes Treffen beginnt mit einem Vortrag und führt in ein Gespräch. Vorträge und die Leitung des anschließenden Gesprächs werden von den Mitgliedern des Forums Philosophie & Wirtschaft e. V. Kristina Jeromin, Dr. Martin Mühl, Dr. Frieder Schwitzgebel und Dr. Matthias Vollet durchgeführt.
Der Philosophische Jour fixe wird im 1. Halbjahr 2013 fortgesetzt.

18.9.2012
John Stewart Mill über Nutzen
Dr. Frieder Schwitzgebel

20.11.2012
Sokrates über die Klärung von Lebensfragen
Dr. Martin Mühl

18.12.2012
Michel Henry über »Die Barbarei«
Kristina Jeromin

D11030 6,00 Ustd. 24,– €
3 Abende, ab 18.9.2012
Di, 19:00 – 20:30 Uhr

Blaise Pascal und die Ordnungen des Geistes

Pascal, dessen 350. Todestag im August d. J. zu begehen war, steht mit seiner Universalität, dem Reichtum und der unglaublichen Spannbreite seiner Gedanken als leidenschaftlicher Homo religiosus und bedeutender Mathematiker noch immer wie ein erratischer Block in der Geistesgeschichte der beginnenden Neuzeit. Er stellt der »Ordnung der Vernunft« die »Ordnung des Herzens« gegenüber und ringt um ein Menschenbild, in dem Glauben und Wissen zur Versöhnung gebracht werden sollen. Die Würdigung seiner eminenten Lebensleistung gilt einem Genie von höchster Originalität und ungewöhnlicher Nachwirkung.
Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse der Hessischen Landesbibliothek Wiesbaden.
D11031V 6,– €
Landesbibliothek, Rheinstraße 55–57
Mo, 1.10.2012, 19:30 – 21:00 Uhr
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme

Kinder-Senioren-Uni

im Mehrgenerationenhaus
Freitag, 14. September 2012,
15:00 Uhr, A 6 im Nachbarschaftshaus, Ludwig-Beck-Straße 1 (Schulgebäude)
Geld, Mäuse und mehr – Wie kam das Geld in die Welt?
Alexander Michler, Wiesbadener Volksbank

Welche Bedeutung hat die Zahl 5040 in Platons Spätwerk – und darüber hinaus?

Platon schreibt in den »Nomoi« über ein rechtes Maß, ein Gesetz, das alles regeln soll. Dieses Gesetz basiert auf der Zahl 5040. Platon brachte dieses Wissen aus Ägypten mit, dessen Architektur der Pyramiden und Staatskunst er sehr schätzte. Er ging sogar so weit zu fordern, dass kein Mann in verantwortungsvoller Position für Aufbau und Logistik des Staates sein dürfe, der ohne Kenntnis dieser Zahl sei.
Freuen Sie sich auf eine gedankliche und anschauliche Reise zu den Ursprüngen vor Tausenden von Jahren, die die Bedeutung der Zahl 5040 für Staatskunst, Architektur, Musik und Intervalltheorie, Arithmetik und Geometrie zu erhellen sich anschickt. Ein kleiner Praxisteil ist vorgesehen.
D11032V 6,– € (nur Abendkasse)
1 Abend, 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:30 Uhr
Elisabeth H. Freund M.A.

Philosophischer Idealismus zwischen Revolution und Staatsreform

Aus Anlass des 250. Geburtstages von Johann Gottlieb Fichte
Fichte, das Häuslerkind aus der Lausitz, wird als der philosophische Schüler Immanuel Kants eine erstaunliche Karriere als Universitätslehrer und Repräsentant des subjektiven Idealismus durchlaufen, die ihn bis in das erste Rektorat der Berliner Universität führt. Dazwischen wird er den berühmten Atheismus-Streit in Jena austragen, in den auch Goethe als Dienstherr involviert ist. Dann aber wird er noch vor seiner Rektoratszeit mit seinen »Reden an die deutsche Nation« in Preußens Hauptstadt Aufsehen erregen, damit freilich auch seinen patriotischen Idealismus aus heutiger Sicht durchaus diskreditieren. Bertrand Russell wird einmal sagen, dass Fichte seinen »Subjektivismus in einer Art auf die Spitze getrieben habe, die schon an Wahnsinn grenzt«.
Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse.
D11035V 6,– €
1 Abend, 29.11.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme

Anzeige
Oxfam
Gemeinsam für eine gerechtere Welt
Der **Oxfam-Shop** Wiesbaden ...
... möchte aus Ihren **überflüssigen** Waren **flüssige** Entwicklungshilfe machen.
Neugierig? –
Dann schauen Sie bei uns vorbei!
Dotzheimer Straße 19
Montag bis Freitag: 10 bis 18 Uhr
Samstag: 10 bis 14 Uhr
Tel./Fax: 06 11 / 33 69 702
www.oxfam.org

»Friedlich und heiter ist dann das Alter«

Alter und Schönheit als Thema in Philosophie und Poesie

Älterwerden wird häufig einseitig als Abbauprozess gesehen: Die Kräfte lassen nach, die Attraktivität schwindet, die Lebenslust versiegt…

An diesem Nachmittag wollen wir uns vergegenwärtigen, was in Philosophie und Poesie von der Antike bis zur Gegenwart über die schönen, attraktiven und kreativen Seiten des Älterwerdens gedacht und geschrieben wurde. Wir werden sehen: Älterwerden kann schön sein, wenn wir es in einer guten Balance von Aktivität, Kreativität und Muße gestalten.

Eine Kooperationsveranstaltung von vhs Wiesbaden und Leben Aktiv Bereichern (LAB).

Anmeldung bitte bei der LAB,
Tel. (06 11) 30 04 97

D11037V Eintritt frei
LAB, Karlstr. 27
1 Abend, 5.12.2012,
Mi, 15:00 – 17:00 Uhr
Hartmut Boger

»Wer die Schönheit angeschaut mit Augen«

Ästhetische Erfahrung zwischen Eros und Thanatos

Durch die postmoderne Entgrenzung der Künste und die Konzeptkunst ist das Schöne aus dem Vokabular der ästhetischen Erfahrung weitgehend verschwunden. Im Design dominieren Formen und Farben, die »trendy« sind. Diese Tendenz entspricht dem Lebensgefühl der Eventgesellschaft, die den Tod aus dem öffentlichen Bewusstsein gedrängt hat. Aber es gibt nach wie vor Momente in unserem Leben, in denen wir mit dem Gedanken an den eigenen Tod konfrontiert werden. So paradox es klingen mag, in diesen Momenten scheint die Schönheit an Dingen auf, die wir im Trubel des bewegten Lebens gar nicht beachtet haben. August Graf von Platens Gedicht »Wer die Schönheit angeschaut mit Augen« hat diese Grenzerfahrung in vollendeter Form festgehalten. Daran möchte ich in meinem Vortrag anknüpfen und zeigen, dass auch im Zeitalter des Relativismus das Absolute seinen Platz behauptet.

Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich; bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D11040V 6,– €
1 Abend, 10.10.2012
Mi, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. phil. Ferdinand Fellmann

Schönheit: Lust und Last, Spiel und Politik

Schönheit ist ein Ziel, nach dem (fast) alle Menschen streben. Schönheit gilt vielen gar als Voraussetzung des Glücks.

Schönheit wird zur gebieterischen Forderung. Ihrem Diktat soll sich alles unterwerfen. Ihre Herrschaft beschränkt sich nicht auf die ästhetische Formung des einzelnen Menschen, seines Körpers und seiner unmittelbaren Lebenswelt (Mode, Kunst, »Lifestyle«). Die Ästhetisierung ergreift auch die äußere Natur, verwandelt die letzten Paradiese. Sie ergreift das gesamte gesellschaftliche Leben – und nicht zuletzt die Politik. Ist auch der Krieg schön, wie der italienische Futurist Marinetti dekretierte? Wie steht es um die Schönheit sportlicher Großinszenierungen?

Schönheit wird – so scheint es – von einem Glücksversprechen zu einer Last, wandelt sich gar zu einer Bedrohung. Dabei knüpfte einst sich an die Schönheit doch das Versprechen der Lust, verband sich mit ihr die Hoffnung auf Befreiung. Eine neue Menschheit sollte durch »ästhetische Erziehung« (Schiller) entstehen.

Worin liegt das Versprechen der Schönheit und was macht sie heute so bedrohlich? Damit wollen wir uns in diesem Kurs beschäftigen.

D11045 10,00 Ustd. 40,– €
5 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Jürgen Striebinger

Umwelt

Energie sparen – Klima schützen – Kosten senken:

Was kann ich selber tun?

Ein Info-Abend mit dem Prima Klima-Team des Umweltamtes

Sie wollen wissen,
- wie Sie Ihrem PC eine Stromdiät verordnen,
- wie Ihnen ein Licht aufgeht, pardon – ausgeht,
- wie heiße Tipps für warme Füße und kühle Köpfe aussehen oder
- wie Sie Ihre Kaffeemaschine für den Klimaschutz einsetzen können?

Von uns erfahren Sie, wie einfach Energie sparen sein kann: Wir stellen Ihnen Tipps und Tricks vor, die Sie ganz einfach anwenden können, ohne teure Investitionen und ohne Komfortverlust. So kann jede(r) Einzelne jeden Tag durch das eigene Verhalten einen Beitrag zum Klimaschutz leisten. Zum Wohle der Umwelt und zu Gunsten der Haushaltskasse.

Die Referenten sind Mitarbeiter des Umweltamts der Landeshauptstadt Wiesbaden.

Anmeldung bei der vhs erforderlich!

D11135 Eintritt frei
1 Abend, 10.10.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Angela Preisner, Dieter Eckert

Kinder-Senioren-Uni

im Mehrgenerationenhaus

Freitag, 30. November 2012,
15:00 Uhr, Saal
Nachbarschaftshaus, Rathausstr.10

Bin ich meines Glückes Schmied?

Wege zum Glück – Glück für alle: Kann man »Glück« lernen?

Nicole Möhlenkamp, Hessencampus Wiesbaden

Schaufenster STADTMUSEUM

- ständig wechselnde stadthistorische Ausstellungen
- Vorträge zur Stadtgeschichte
- Lesungen

- museumspädagogische Projekte

WIESBADEN
Kulturamt

Hinter dem Alten Rathaus (Standesamt) – Zwischen Rathauspassage und Ellenbogengasse

Nähere Infos: www.wiesbaden.de/stadtmuseum

Anzeige

Weltladen WIESBADEN
25 Jahre

Feiern Sie mit uns
25 faire Jahre Weltladen Wiesbaden!

Unsere Produkte werden unter menschenwürdigen Bedingungen hergestellt und zu fairen Preisen gehandelt, die den ProduzentInnen aus unseren Partnerregionen Afrika, Asien und Lateinamerika ihre Existenz sichern.

Informationen zu unseren Jubiläumsveranstaltungen unter
www.weltladen-wiesbaden.de

Öffnungszeiten: Mo - Fr: 11 - 18:30 Uhr + Sa: 10 - 14 Uhr
Oranienstraße 52 · 65185 Wiesbaden · Tel. 0611 / 37 37 29

Anzeige

Gesellschaft und Alltag

Umwelt, Religion, Politik

Von Fischern, Förstern und Visionen

Ein Spiel- und Themenabend zur nachhaltigen Entwicklung

Nachhaltige Entwicklung wird oftmals in der Umsetzung als sperrig und unkonkret erfahren. Eine andere Perspektive möchte dieser Spiel- und Themenabend eröffnen: in dem Großgruppenspiel fishbanks ltd kann Nachhaltigkeit als spannend, unterhaltsam und emotionsgeladen erlebt werden. Mit mehreren Fangflotten fischen wir in einem fiktiven Ozean mit dem Ziel, unseren Gewinn zu maximieren. Dabei werden innerhalb kürzester Zeit alle Kompetenzen für nachhaltiges Handeln gefordert: Wissen um systemische Zusammenhänge und Ressourcenschutz, vorausschauendes Denken und Verantwortungsbewusstsein, soziale und kommunikative Kompetenzen – und ggf. Konfliktfähigkeit.

Nach erfolgreichen Fischzügen betrachten wir anschließend die historische Entwicklung des Begriffs Nachhaltigkeit und begeben uns auf eine Zeitreise vom deutschen Wald des 18. Jahrhundert bis hin zum Erdgipfel nach Rio de Janeiro im Jahr 1992. Dabei wird der Bogen weit gespannt: Von wirtschaftlichen Zwangslagen, in denen Nachhaltigkeit ein Kind der Not war, über politische Weltkonferenzen bis hin zu amerikanischen Raumfahrtprogrammen.

In Zusammenarbeit mit der Volksbildungsstätte Schierstein, über die auch Info und Anmeldung laufen:
Tel. (06 11) 2 97 11,
E-Mail: info@vbs-schierstein.de

D11137 8,– €
1 Abend, 16.11.2012
Fr, 18:30 – 21:00 Uhr
Erich-Kästner-Schule, Zehntenhofstraße 20, Wiesbaden-Schierstein

Religion

Messias im Judentum:

Jüdisches Lehrhaus

Messias im Judentum: Warten, Erwarten, Bewirken und Bringen
Der Glaube an das Kommen des Messias, die Wiederauferstehung der Toten und an das Ende der Tage bzw. an die Nächste Welt sind erwartete Ereignisse, die mit der Erlösung verbunden sind. Der Begriff Ge'ula – Erlösung – stellt im Judentum also ein Zeitalter oder eine Epoche dar. Jegliches Bestreben sie zu erleben, ist Aufgabe eines gläubigen Juden. Anhand von liturgischen und theologischen sowie religionsphilosophischen Texten werden wir versuchen zu erörtern, welche Vorstellungen diese Begriffe beherbergen und ob bzw. wie diese sich im Laufe der Zeit verändert haben, erlebt wurden und Objekt des Disputs waren.
Kosten 20,– € inkl. Mittagsimbiss; ermäßigt 16,– € Schüler/Studierende; 8,– € ohne Mittagsimbiss.

D11210 20,– €
Synagoge und RoncalliHaus, Friedrichstraße 26 – 28
1 Tag, 4.11.2012
So, 11:30 – 16:30 Uhr

»Ick kann mir nich helfen, ick finde ma schön!«

Der Mensch – Ebenbild Gottes

Ausgehend von der griechischen Skulptur »Trunkene Alte«, die in der Glyptothek in München ausgestellt ist, wird dem antiken Schönheitsideal nachgegangen. Von diesem wird ein Bogen zur modernen Plastik und Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts gespannt, der darin mündet, dass alles Kunst und damit auch alles schön sei, so dass auch der hässlichste Mensch somit schön sein müsste: ein Ebenbild der Gottheit: »Und Gott schuf den Menschen ihm zum Bilde, zum Bilde Gottes schuf er ihn; männlich und weiblich schuf er sie.« (1. Mose 1,27).

D11220 6,– €
1 Abend, 17.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Dr. med. R. Mathias Dunkel

»Was Du suchst, ist das, was sucht«

Einführung in Zen – Tagesseminar

Zen ist eine Schule des Buddhismus, die im 6. Jh. n. Chr. in China entstand. Zen ist eine Methode der Meditation, die von jedem geübt werden kann. Das Sitzen in schweigender Versenkung lässt uns Zugang finden zu den tieferen Schichten unseres Geistes, und zwar durch die dauernde Übung der Aufmerksamkeit auf den Augenblick. Die Übung der Achtsamkeit auf Körper und Geist wirkt als gesteigerte Sensibilität und als Quelle der Liebe und Erneuerung von innen in unser Leben hinein. – Der Tag soll durch den Wechsel von Impulsreferaten, wo auch auf den religiösen und kulturellen Hintergrund von Zen eingegangen wird, Gesprächen und kürzeren Meditationsübungen helfen, erste Erfahrungen mit Zen zu machen.
Bitte warme Socken mitbringen; bequeme Kleidung. Wer ein Meditationskissen oder -bänkchen hat, bitte auch mitbringen.

D11250 32,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Dr. Christa Thomassen

– Bitte beachten Sie auch das Seminar D20095 von Dr. Christa Thomassen: »Ich revoltiere, also bin ich – Albert Camus: ›Die Pest‹«, siehe Seite 22.

Politik

SEMESTERÖFFNUNG

Semestereröffnung

Ist Schönheit machbar?

Wir Menschen sind Kultur erzeugende Wesen. Wir kultivieren und ästhetisieren unsere Umwelt. Natur verwandeln wir zu Kunst und Kultur. Heutzutage dominieren die künstlichen Zustände und Ereignisse, so dass auch das »Schöne« als ein realer Zustand aufgefasst wird, den man als »ästhetischer Zustand« bezeichnet.
Gibt es eine Vorstellung vom Schönen oder gibt es nur seine Herstellung und seine Wahrnehmung?
Die Entstehung einer Welt aus Zeichen, ist eine der wesentlichen Charakteristika unserer technischen Zivilisation.
Dank einer Reihe neuerer Wissenschaften wie der Semiotik, Kommunikationsforschung und Informationstheorie können ästhetische Phänomene wie Werbung, Architektur, Kunst und Design studiert, geplant und organisiert werden.
In ihrem Vortrag wird Professorin Schulisch-Höhle sich mit dem Unterschied zwischen dem Begriff »Das Schöne« in der klassischen und modernen Ästhetik beschäftigen sowie differenziert auf aktuelle Design- und Kunstobjekte eingehen.

D12000V Eintritt frei
Anmeldung bei der vhs ist keine Platzreservierung!
Einlass gemäß Eintreffen vor Ort.
Rathaus, Stadtverordneten-Sitzungssaal
1 Abend, 22.8.2012
Mi, 19:00 – 22:00 Uhr
Prof. Dr. Olga Schulisch-Höhle

Prof. Dr. Olga Schulisch-Höhle

Professor Dr. Olga Schulisch-Höhle studierte Philosophie und Germanistik an der Universität Stuttgart. Ihr Schwerpunkt ist die Semiotik (Zeichenlehre) und die moderne Ästhetik. Sie ist Schülerin von Max Bense und Umberto Eco.
Seit 1988 ist sie Professorin an der Hochschule RheinMain im Fachbereich Design-Informatik-Medien mit den Studiengängen Kommunikationsdesign und Innenarchitektur.

Politik, Kultur und Wirtschaft aktuell!

Volkshochschule und Pariser Hoftheater kooperieren

Im neu und schön gestalteten Pariser Hoftheater werden Vorträge zu aktuellen Themen aus Politik, Kultur und Wirtschaft angeboten, die die Diskussion in Wiesbaden über die Frage, wie wir künftig leben wollen, bereichern.
Die Veranstaltungen werden aktuell auf den Homepages der beiden Einrichtungen bekannt gegeben:
www.pariserhoftheater.de und www.vhs-wiesbaden.de

Herzlich willkommen in der Spiegelgasse 9!

Politik am Nachmittag

Arbeitsgemeinschaft im Rahmen der Akademie für Ältere

Unser Alltag ist von den Auswirkungen politischer Entscheidungen in den verschiedensten Bereichen bestimmt. Bei Wahlen sind wir aufgefordert, am demokratischen Meinungs- und Willensbildungsprozess verantwortlich teilzunehmen. Dieser Gesprächskreis bietet die Möglichkeit einer intensiven Auseinandersetzung mit aktuellen politischen Themen. Gemeinsam werden wir Informationsquellen erschließen, vorhandene Informationsmöglichkeiten kritisch aufarbeiten und im Gespräch mit der Gruppe durch Vortragen der eigenen Argumente und aufmerksames Auswerten der Gegenpositionen an der individuellen Meinungsbildung arbeiten.
Die Themen werden gemeinsam in der 1. Sitzung festgelegt.
Dieser Kurs findet 14-täglich statt!
D12010 16,00 Ustd. 46,– €
vhs, Haus C
8 Nachmittage, ab 20.9.2012
Do, 15:15 – 16:45 Uhr
Hartmut Boger

Auftaktveranstaltung der Akademie für Ältere zum Jahresthema

»Chancen des Älterwerdens«

Eröffnung und Begrüßung:
Marianne Latsch

Grußwort:
Oberbürgermeister
Dr. Helmut Müller

Kabarettistische Einlage:
»Agathe« (Maria Honrath)

Musikalische Begleitung:
Hartmut Boger, Kontrabass
Peter Kahlenberg, Gesang
Michael Linemann, Gesang, Gitarre, Ukulele
Charlie Nägler, Keyboard

Vortrag:
Prof. Dr. Klaus Dörner
»Chancen des Älterwerdens«

11.00 – 13:30 Informationsstände der Kooperationspartner der Akademie für Ältere im Festsaal des Rathauses

D12006
Rathaus Wiesbaden,
Stadtverordnetensitzungssaal
1 Tag, 1.9.2012
Sa, 11:00 – 13:30 Uhr

Kapitalismus und Moral – passt das?

Angesichts der Finanzkrisen werden vermutlich viele Menschen diese Frage mit einem klaren Nein beantworten.
Der festgefügte Glaube an die moralische Legitimität des Erwerbsstrebens, des Wettbewerbs und des Marktes scheint so weit zerfallen, dass Frank Schirrmacher (FAZ) allen Ernstes darüber nachgrübelt, ob die Kritiker des Kapitalismus nicht doch Recht haben.
Es geht um Fragen wie diese: Sind Kapitalismus (oder Marktwirtschaft) und Moral vereinbar oder schließen sie sich aus? Muss sich das wirtschaftliche Handeln überhaupt moralischen Bewertungen aussetzen oder gehört es einem moralfreien Raum an? Ist erfolgreiches ökonomisches Handeln per se moralisch gerechtfertigt oder muss es durch eine »Ethik der Wirtschaft« erst moralkompatibel werden?
In diesem Kurs wollen wir uns dem Thema durch die Lektüre eines Textes von Peter Koslowski (»Ethik des Kapitalismus«) nähern und einige zeitgenössische Ansätze der Wirtschaftsethik diskutieren.
D12011 10,00 Ustd. 40,– €
5 Abende, ab 30.10.2012
Di, 19:00 – 20:30 Uhr
Jürgen Striebinger

Jürgen Striebinger

studierte Philosophie, Politologie und Geschichte. Er beschäftigt sich mit Fragen der praktischen Philosophie, hier insbesondere mit den Problemen Gerechtigkeit (soziale Gerechtigkeit und Ökonomie) und des »guten Lebens«. Daneben gilt sein Interesse der Ästhetik (das Schöne, ästhetische Erfahrung) und der Sprachphilosophie. – Er war Studiendirektor an der Diltheyschule und leitete dort den gesellschaftswissenschaftlichen Fachbereich.

»Guten Tag im Stadtarchiv!«

Originalakten und -karteien, Fotos, Karten und Pläne, Zeitungen und Zeitschriften, Bücher sowie eine Zeitungsausschnittsammlung zur Geschichte der Stadt und ihrer Umgebung – dies alles befindet sich im Stadtarchiv und kann von interessierten Bürger/inne/n genutzt werden. Aber wie? Dazu erhalten Sie Hinweise und Erläuterungen. Auch diejenigen, die Akten, Fotos, Urkunden und anderes Schriftgut oder Nachlässe von Familie, Betrieb, Verein selbst fachkundig lagern und verwalten oder dem Stadtarchiv übergeben wollen, erhalten hier Rat und Hilfestellung. Der Eintritt ist frei, Anmeldung bei der vhs erbeten!
D12020V
Stadtarchiv Wiesbaden, Im Rad 42
1 Nachmittag, 4.9.2012
Di, 17:30 – 19:00 Uhr
Gerhard Klaiber

Bücher und viel mehr

Was bietet die Landesbibliothek?

Die Landesbibliothek Wiesbaden steht allen Bürgerinnen und Bürgern kostenlos zur Benutzung und Ausleihe offen. Sie erhalten Einblick in die Nutzungsmöglichkeiten und das Medienspektrum der Bibliothek, das von den Drucken der Gutenberg-Zeit über aktuelle Bücher und DVDs bis zu elektronischen Medien reicht. Ein Gang durch das geschlossene Magazin, in dem viele Hunderttausend Bücher und Medien stehen, komplettiert diese Einführung.
Termine: 17.7./15.8./13.9./8.10./13.11./5.12.2012,
jeweils 17:00 – 18:30 Uhr
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, der Eintritt ist frei.
D12022
Landesbibliothek Wiesbaden,
Rheinstraße 55/57

Wiesbaden – wie hast du dich verändert!

Power-Point-Vortrag

von Georg Habs, Stadtarchiv
Seit Anfang des 19. Jahrhunderts hat sich in Wiesbaden ein stürmischer städtebaulicher Wandel vollzogen. Wie einschneidend die Veränderungen in den letzten 200 Jahren tatsächlich waren, verdeutlichen Fotografien, die bekannte Straßen und Plätze vor und nach wichtigen Eingriffen zeigen – und zwar aus dem gleichen Blickwinkel. Aha-Effekte ganz anderer Art ermöglichen die Entwürfe für Bauvorhaben, die nur knapp an der Verwirklichung scheiterten und bei ihrer Umsetzung das Gesicht Wiesbadens so gründlich verändert hätten, dass es heute kaum wieder zu erkennen wäre. Ein dritter kurzer Bilderreigen widmet sich dem Wandel der Moden, des Freizeitverhaltens und der Arbeitswelt.
Anmeldung bei der vhs erbeten.
Veranstalter: Stadtarchiv, Volkshochschule Wiesbaden und Akademie für Ältere.
Der Eintritt ist frei!
D12025V
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Nachmittag, 31.10.2012
Mi, 16:00 – 17:30 Uhr
Georg Habs

2012/2013

Erzählcafé

im »Leib & Seele«

Beginn: 16:00 Uhr

Das Erzählcafé erfreut sich großen Interesses. Auch für die nächste Saison haben sich schon interessante Persönlichkeiten zum Erzählen bereit erklärt. Wir bekommen durch die Erzähler/innen Einblicke in mit der Zeitgeschichte verwobene Lebensläufe, die uns sonst nicht so leicht bewusst werden.
Der Eintritt ist frei.

Samstag, 13.10.2012
Hans-Joachim Kroecker

Samstag, 10.11.2012
Rose-Lore Scholz

Samstag, 1.12.2012
Martin Lutz

Samstag, 19.1.2013
Rudi Schmitt

Samstag, 9.2.2013
Prof. Christa Reich

Samstag, 9.3.2013
Hendrik Seipel-Rotter

Samstag, 13.4.2013
Jörg Jordan

Samstag, 11.5.2013
Roswitha Briel

Auswahl: Waltraut Ackermann, Hartmut Boger, Bianca Korn, Marianne Latsch, Walburga Liebschwager (IfEU), Elfriede Weber

Kontakt:
Bianca Korn,
Telefon (06 11) 98 89-111
Bitte achten Sie auf die Pressehinweise und die Handzettel an den bekannten Auslagen.

Ort: Leib & Seele
Willy-Brandt-Allee 2,
Telefon (06 11) 98 89-222

Neue Möglichkeiten für Ehrenamtliche in Wiesbaden

BürgerKolleg

Kostenlose Seminare für Ehrenamtliche aus Wiesbaden

Ehrenamtlich Engagierten aus Wiesbaden macht das **BürgerKolleg** ein außergewöhnliches Angebot: Sie bekommen Weiterbildung in Fragen, die für einen erfolgreichen Verein existenziell wichtig sind. Das betrifft Themen wie PR und Öffentlichkeitsarbeit, Mitgliedergewinnung, sog. „Fundraising", Teamentwicklung, Fragen der Kommunikation, Projektmanagement – bis hin zu Vereinsrecht kooperieren: Viele Seminare finden mit bewährten vhs-Referenten in den Räumen der vhs statt.

oder Fragen zu Finanzen und Versicherungen. Dass diese hochwertige Qualifizierung sogar kostenlos angeboten werden kann, verdanken die Teilnehmer der **R+V Versicherung** sowie der **Stadt Wiesbaden**, die das BürgerKolleg sponsern.

Die vhs Wiesbaden bietet bereits seit vielen Jahren Vereinen und Ehrenamtlichen speziell auf sie abgestimmte Seminare an und hat hierbei ein großes fachliches Know-how aufgebaut. Da lag es für beide Seiten nahe zu

Alle Infos zu Seminaren gibt es auf der Homepage des BürgerKollegs (s.u.). Dort kann man sich auch online zu den Seminaren anmelden.

BürgerKolleg

Kris Kunst
(Projektleiter)
Telefon:
01 63 - 6 29 71 38
kunst@buergerkolleg.de
www.buergerkolleg.de

BürgerSinn

Unterstützung für aktive Menschen in Wiesbaden

BürgerSinn fördert Menschen, die sich in Wiesbaden engagieren möchten.

Gute Ideen brauchen am Anfang oft Unterstützung.
Z. B. durch Vernetzungspartner, die Vermittlung von Pressekontakten oder bei der Suche nach Finanzierungsmöglichkeiten.

Bürgersinn hilft und berät dabei kostenlos.

Wenn Sie vielleicht eine internationale Kochgruppe gründen wollen, eine künstlerische Idee für behinderte Kinder haben oder einen japanischen Garten in Ihrem Stadtteil anlegen möchten, kommen Sie zu BürgerSinn.
Wir finden einen Weg für Ihr Engagement in Wiesbaden.

In die einzelnen Stadtteile laden wir auch interessierte Bürger zu Infofrühstücken oder Projektwerkstätten ein. Mit unseren unterschiedlichen Kooperationspartnern, wie dem Freiwilligenzentrum, den Volksbildungswerken, dem Amt für Soziale Arbeit oder Schulen werden lokale Strukturen verständlicher und die Zugänge für so manches Projekt erleichtert.

Besonders die Wertschätzung der aktiven älteren Mitbürger steht für BürgerSinn im Mittelpunkt. Der Austausch der Generationen und die positive Wahrnehmung von freiwilligem Engagement in der Stadt sind uns wichtig.

BürgerSinn gehört zur Wiesbaden Stiftung und wird finanziert durch den **Generali Zukunftsfonds.**

Sie erreichen uns:

BürgerSinn

Gabriela Jérôme
(Projektleiterin)
Telefon:
01 51 - 46 42 31 89
Christian-Zais-Str. 3
65189 Wiesbaden
dialog@buergersinn-wiesbaden.de
www.buergersinn-wiesbaden.de

vhs und Wiesbaden Stiftung stärken die Bürgerinnen und Bürger

Die Kooperation zwischen der unabhängigen Wiesbaden Stiftung und der vhs hat eine lange Tradition.

So sind BürgerKolleg und BürgerSinn zwei Projekte der Wiesbaden Stiftung. Die Stiftung initiiert und leitet Projekte, die der Wiesbadener Zivilgesellschaft unmittelbar nützen.
Zur Finanzierung holt sie Partner aus der Wirtschaft und engagierte Einzelpersonen ins Boot. Zur Verwirklichung der Projekte kommen weitere Partner hinzu, die das nötige Know-how sowie die Erfahrung mitbringen.
In diesem Rahmen spielt die vhs als Kooperationspartnerin eine wichtige Rolle.

Auch die vhs stärkt seit über 90 Jahren die Wiesbadener Zivilgesellschaft, indem sie Bürgerinnen und Bürgern hochwertige Bildung zu erschwinglichen Preisen anbietet. Die Kooperation zwischen Wiesbaden Stiftung und vhs beruht also auf gemeinsamen Werten. Sie eint die Überzeugung, dass selbstständige, engagierte und umfassend gebildete Bürgerinnen und Bürger die Grundlage für eine funktionierende Gesellschaft sind.

Das BürgerKolleg Wiesbaden wird unterstützt von der R+V Versicherung und der Stadt Wiesbaden.
Das Projekt BürgerSinn wird unterstützt vom Generali Zukunftsfonds und dem Amt für Soziale Arbeit der Stadt Wiesbaden.

FREIWILLIGES ENGAGEMENT – DAS HAT WAS!

… nämlich zahlreiche Möglichkeiten, freie Zeit sinnvoll zu gestalten. Suchen Sie eine Tätigkeit, die Spaß macht, bei der Sie Ihre Fähigkeiten einsetzen oder etwas ganz Neues ausprobieren und – so ganz nebenbei – anderen helfen können? Dann sind Sie bei uns im Freiwilligenzentrum Wiesbaden genau richtig!

MÖGLICHE TÄTIGKEITSBEREICHE IN DER FREIWILLIGENARBEIT

- Kinder und Jugendliche
- Seniorinnen und Senioren
- Migranten und ausländische Mitbürger/-innen
- Kranke und Menschen mit Behinderung
- Menschen mit Hilfebedarf
- Kultur
- Natur und Ökologie
- Service und Organisationen

In einem persönlichen Gespräch werden Sie von uns gemäß Ihren Wünschen und Fähigkeiten informiert, beraten und vermittelt. Wir arbeiten mit mehr als 100 gemeinnützigen Einrichtungen in Wiesbaden zusammen, um attraktive und sinnvolle Einsatzmöglichkeiten für bürgerschaftliches Engagement anzubieten.

DAS FREIWILLIGENZENTRUM [FWZ]

ist die zentrale Informations-, Beratungs- und Vermittlungsstelle für freiwilliges bürgerschaftliches Engagement in Wiesbaden. Zu unseren Öffnungszeiten sind die Geschäftsführerin Lucia Rutschmann und ihr ehrenamtliches Team gerne für Sie da:

- **Dienstag bis Donnerstag von 10:00 bis 12:00 Uhr, Mittwoch und Donnerstag zusätzlich von 16:00 bis 18:00 Uhr**
- **Termine nach telefonischer Vereinbarung**
- **Alcide-de-Gasperi-Straße 4 65197 Wiesbaden [Haus A der vhs]**

Interessiert? Wir freuen uns, einen Termin für ein persönliches Beratungsgespräch mit Ihnen zu vereinbaren!

Klärungsseminar für bürgerschaftlich Interessierte

WIE UND WO KANN UND WILL ICH MICH ENGAGIEREN?

Sie wollen sich freiwillig engagieren und wissen aber nicht wo und welche Einsatzbereiche es überhaupt gibt? Das FWZ Wiesbaden bietet Ihnen in Zusammenarbeit mit der vhs Wiesbaden die Möglichkeit, dies im Rahmen eines Seminars zu klären.

Folgende Fragen werden unter anderem thematisiert: » Was sind meine »Themen«? » In welchem Bereich kann ich meine Vorstellungen am besten verwirklichen? » Was erwarte ich von der Einrichtung bzw. von dem Arbeitsfeld?

Die Teilnahme ist kostenfrei. Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs Wiesbaden wird gebeten.
D 12034 V » 3,00 Ustd. » 1 Nachmittag, 13.10.2012, Sa, 14:30 – 17:00 Uhr » Leitung Lucia Rutschmann

FON 0611 . 98 89 146 » FAX 0611 . 98 89 145
info@freiwilligenzentrum-wiesbaden.de
www.freiwilligenzentrum-wiesbaden.de

FWZ WIESBADEN
Freiwilligenzentrum

Wie und wo kann und will ich mich engagieren?

Klärungsseminar für bürgerschaftlich Interessierte

Sie wollen sich freiwillig engagieren und wissen aber nicht, wo und welche Einsatzbereiche es überhaupt gibt? Das Freiwilligenzentrum Wiesbaden bietet Ihnen in Zusammenarbeit mit der vhs Wiesbaden die Möglichkeit, dies im Rahmen eines eintägigen Seminars zu klären.
Folgende Fragen werden thematisiert:

- Was sind meine »Themen«?
- In welchem Bereich kann ich meine Vorstellungen am besten verwirklichen?
- Was erwarte ich von der Einrichtung bzw. von dem Arbeitsfeld?

Die Teilnahme ist kostenfrei.
Um eine verbindliche Anmeldung bei der vhs Wiesbaden wird gebeten.

D12034V
vhs, K
1 Nachmittag, 13.10.2012
Sa, 14:30 – 17:00 Uhr
Lucia Rutschmann

Ehrenamtliche Bewährungshilfe

Viele Straffällige benötigen Unterstützung, damit ein Leben ohne Straftaten gelingt. Zusätzlich zu der professionellen Hilfe der Bewährungshelfer können auch engagierte Bürger einen wichtigen Beitrag dazu leisten: Hilfestellung bei Behördenangelegenheiten, gemeinsame Freizeitaktivitäten, Unterstützung beim Nachholen eines Schul- oder Ausbildungsabschlusses sind nur einige der Aufgaben, mit denen ehrenamtliche Mitarbeiter an der Resozialisierung von Straffälligen mitwirken. Der Verein »Förderung der Bewährungshilfe in Hessen e.V.« schult und begleitet Personen aus Wiesbaden, die sich in der Bewährungshilfe engagieren wollen. Die Veranstaltung wird durchgeführt von der Koordinatorin für das Projekt »Ehrenamtliche Mitarbeit in der Bewährungshilfe« für Südhessen, Susanne Helffenstein.
Kontakt: Susanne Helffenstein, Förderung der Bewährungshilfe in Hessen e. V., Neebstraße 3, 60385 Frankfurt,
Telefon (0 69) 97 76 81 06,
www.fbh-ev.de

D12035V
1 Abend, 20.9.2012
Do, 19:00 – 20:00 Uhr
Susanne Helffenstein

Ratgeber Recht

Wohnungseigentumsrecht

Haben Sie auch mehr Kenntnisse über Ihr Auto, als über den viel wichtigeren Vermögenswert der eigenen Eigentumswohnung? Jeder kann das Schicksal der WE-Gemeinschaft effektiv und richtungsweisend mit gestalten. Hierbei helfen wir Ihnen gerne, bevor Ihre Wohnung durch falsche Verwaltung erheblich an Wert verliert. Denken Sie immer daran: Sie als Wohnungseigentümer sind die Herren der Verwaltung des gemeinschaftlichen Eigentums, nicht der Verwalter. Schließlich haben sich im Rahmen des ab 1.7.2007 in Kraft getretenen »neuen« WEG eine Reihe von Änderungen ergeben, die ebenfalls Gegenstand der Veranstaltung sein werden.
Der Referent ist Rechtsanwalt und Spezialist für Mietrecht und Wohnungseigentumsrecht.
Bitte BGB und WEG (dtv-Ausgabe) bereits zur ersten Veranstaltung mitbringen.

D13010 8,00 Ustd. 33,– €
4 Abende, ab 18.9.2012
Di, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. Michael Buß

Trennung/Scheidung/Ehevertrag

Die neue Gesetzeslage (Änderung des Ehegattenunterhaltsrechts in 2008 sowie weitere massive Neuerungen zum 1. September 2009 im Güterrecht und Versorgungs-/Rentenausgleich) gilt für alle Ehen. Wer an den Regelungen, die zum Zeitpunkt der Heirat galten, festhalten möchte, muss einen Ehevertrag schließen. Ein Überblick über die rechtlichen Folgen einer Trennung/Scheidung sowie die Regelungsmöglichkeiten durch einen Ehevertrag: Ehegatten-/Kindesunterhalt, Sorge-/Umgangsrecht, Wohnung, Haus, Güterrecht, Versorgungs-/Rentenausgleich, Scheidungskosten, Mediation.
Die Referentin ist Fachanwältin für Ehe-/Familienrecht und Mediatorin BAFM.

D13040 12,– €
1 Abend, 23.8.2012
Do, 19:00 – 20:30 Uhr
Petra Maria Müller

Anzeige

LEIB & SEELE

Restaurant Bistro

LEIB & SEELE
BISTRO RESTAURANT

Mo - Fr geöffnet ab 9^{00} bis 22^{00} Uhr
Sa geöffnet ab 10^{00} bis 15^{00} Uhr
Mittagstisch von 11^{30} bis 14^{30} Uhr
Abendtisch von 18^{00} bis 22^{00} Uhr

Europaviertel Wiesbaden, Willy-Brandt-Allee 2a
Ecke Schiersteiner Straße
Tel.: 0611-9889 222
www.wiesbaden-leibundseele.de

Betreuungsrecht

Vorsorgevollmacht, Betreuungs-/Patientenverfügung

Ein Überblick über das Betreuungsrecht und die Möglichkeiten, eine amtliche Betreuungsbestellung zu beeinflussen oder zu verhindern, denn ein Unfall, eine Krankheit oder eine altersbedingte Hilflosigkeit können jeden Menschen unerwartet treffen.
Verlauf eines Betreuungsverfahrens, rechtliche Konsequenzen für den Betreuten, Aufgaben eines Betreuers, Unterschiede zwischen Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung und die jeweiligen Gestaltungsmöglichkeiten, Information über die zum 1. September 2009 neu geschaffenen gesetzlichen Rahmenbedingungen einer Patientenverfügung (medizinische Behandlung, Behandlungsbegrenzung und Pflege bei schwersten aussichtlosen Erkrankungen).
Die Referentin ist Fachanwältin für Ehe-/Familienrecht und Mediatorin BAFM.

D13050 12,– €
1 Abend, 5.11.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Petra Maria Müller

Erbrecht

Wollen Sie sicher gehen, dass Ihr Vermögen nach Ihrem Tod in die richtigen Hände gelangt? Nicht immer kommen bei der gesetzlichen Regelung diejenigen zum Zuge, die dem/der Erblasser/in besonders nahe standen. Das können Sie mit einem Testament oder einem Erbvertrag erreichen. Welche Rechte und Pflichten haben die Erben? Was gilt bei gesetzlicher Erbfolge? Wer kann Pflichtteilsansprüche geltend machen? Welche Steuererforderungen kommen im Erbfall auf Angehörige zu?
Referentinnen: Petra Müller, Fachanwältin für Familienrecht und Mediatorin BAFM; Ellen Weinges, Fachanwältin für Familienrecht

D13060 24,– €
2 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 19:00 – 20:30 Uhr

Ratgeber Anlagen

Baufinanzierung/ Finanzierung von Wohneigentum

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Baufinanzierung für Bauherren und Käufer. Es werden die wichtigsten Themen der Finanzierungsplanung behandelt, z. B.:
– Risiken einer Finanzierung,
– Gesamtkosten und persönliche Belastbarkeit,
– die verschiedenen Finanzierungswege über Banken, Bausparkassen und Versicherungen.
Die Kursteilnehmer bekommen die notwendige Sicherheit im Umgang mit Finanzierungsinstituten sowie Immobilienanbietern wie Verkäufern oder Maklern.
Der Referent ist Finanzierungsspezialist mit Abschluss der European Business School (ebs).

D14012 21,– €
1 Abend, 27.8.2012
Mo, 18:30 – 21:30 Uhr
Helmut Weigt

Baufinanzierung/ Finanzierung von Wohneigentum

Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen der Baufinanzierung für Bauherren und Käufer. Es werden die wichtigsten Themen der Finanzierungsplanung behandelt, z. B.:
– Risiken einer Finanzierung,
– Gesamtkosten und persönliche Belastbarkeit,
– die verschiedenen Finanzierungswege über Banken, Bausparkassen und Versicherungen.
Die Kursteilnehmer bekommen die notwendige Sicherheit im Umgang mit Finanzierungsinstituten sowie Immobilienanbietern wie Verkäufern oder Maklern.
Der Referent ist Finanzierungsspezialist mit Abschluss der European Business School (ebs).

D14013 21,– €
1 Abend, 26.11.2012
Mo, 18:30 – 21:30 Uhr
Helmut Weigt

Sollten Sie sich dazu entschließen, Menschen beim Kennenlernen der Stadt, der Suche nach Arbeit oder Ausbildung, dem Umgang mit Bürokratie und Begleitung zu Behördengängen zu unterstützen, bieten wir Ihnen Begleitung der Tätigkeiten durch:

- vorbereitende Einzelgespräche
- kostenlosee Fortbildungsveranstaltungen und Informationen
- AnsprechpartnerInnen bei Fragen
- Austauch mit anderen Aktiven.

Wir freuen uns, wenn Sie sich bei uns melden!

WILLKOMMENI

Flüchtlingsrat Wiesbaden
Sprechstunde: mittwochs 17:00 - 20:00 Uhr
Blücherstraße 32
65195 Wiesbaden
Tel / Fax: (0611) 49 52 49
Email: willkommenwiesbaden@googlemail.com

Ich hab' meine Finanzen im Griff

Der clevere Umgang mit dem eigenen Einkommen

Haben Sie sich auch schon mal gewundert, warum am Ende des Gehalts noch so viel Monat übrig ist, obwohl es doch eigentlich reichen müsste? Damit sich das ändert, lernen und üben Sie auf unterhaltsame Weise,

- Einnahmen und Ausgaben strukturieren und gegenüberstellen
- Ausgaben vorausplanen und ein Budget erstellen
- Unnötige Kosten entdecken und abstellen
- Konsumfallen erkennen und mit ihnen umgehen
- Finanzielle Ziele definieren und erfolgreich angehen
- Die eigene Einstellung zu Geld erkennen und positiv beeinflussen

Die erlernten Fähigkeiten werden Sie sofort anwenden können und im Laufe der folgenden Kursabende weiter verfeinern. Außerdem bekommen Sie die Möglichkeit, Ihre Einstellung zu Geld zu erkennen und dadurch Ihren Umgang damit langfristig positiv zu beeinflussen. Das Seminar richtet sich an alle, die mit sofort umsetzbaren Techniken aktiv die Kontrolle über Ihre Einnahmen und Ausgaben übernehmen wollen, um so mehr von ihrem Gehalt zu haben. – Seminarunterlagen sind in der Gebühr enthalten.

D14015 8,00 Ustd. 36,– €
4 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Georg Brzezina

Nachhaltige Geldanlagen

Gute Renidten mit gutem Gewissen – ökologisch, ethisch und sozial investieren

Vielen Menschen genügt es heute nicht mehr, ihr Geld einfach zu vermehren, sie wollen stattdessen sinnvoll investieren. Für sie kommen nur Anlagen in Frage, die ökologisch einwandfrei sind, ethischen und moralischen Kriterien genügen und die im besten Fall einen Nutzen für die Gemeinschaft mit sich bringen.

Anzeige

Die wichtigsten Themen: Begriffsbestimmung – Wie und wo findet man nachhaltige Geldanlagen? – Auf welche Art und Weise können Anleger investieren? – Welche Chancen und Risiken gibt es? – Welche gesellschaftlichen Auswirkungen haben Investitionen in nachhaltige Geldanlagen?
Der Referent, zertifizierter Finanzplaner und Portfolioverwalter, berichtet aus der Praxis und gibt einen Leitfaden für eine erfolgreiche Vermögensbildung mit nachhaltigen Geldanlagen.

D14020 12,– €
1 Abend, 8.11.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Ernst Rudolf

Traumimmobilie oder Blender ?

Der Traum von den eigenen vier Wänden, der Wunsch eine eigene Immobilie zu besitzen – für die meisten Menschen das größte Ziel und gleichzeitig die größte Anschaffung. Die Immobilie ist auch in Zeiten von instabilen Finanzmärkten eine der sichersten Anlagen, der Bedarf nach einem Eigenheim ungebrochen. Die Praxis zeigt aber, dass die Abzahlung der Immobilie häufig durch Unsicherheitsfaktoren empfindlich gestört wird. Modernisierungen und Sanierungen sind häufig der Grund für Unwegsamkeiten und finanzielle Engpässe. Unsere langjährige Erfahrung zeigt, dass zur Vermeidung typischer Fallen eine solide und nachhaltige Planung unabdingbar ist. Die Ziele des Vortrags sind:

- über die Fallen beim Immobilienkauf zu informieren
- Ihnen Maßnahmen zu deren Vermeidung an die Hand zu geben und
- Ihnen für das anstehende Vorhaben mehr Sicherheit zu verschaffen.

Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für eigene Notizen mit. Ein Vortragsskript kann vor Ort für 10,– € erworben werden.

D14025 12,– €
1 Abend, 18.9.2012
Di, 18:30 – 21:00 Uhr
Marcel André Schröder, Gutachter für Immobilienbewertung

Praxis-Ratgeber

Immoblienverkauf 2.0

Wie erzielen Sie den besten Verkaufspreis?

Wie erhalte ich den besten Preis für meine Immobilie? Oder: Wie stelle ich sicher, dass ich nicht unter Wert verkaufe? Als Verkäufer einer Immobilie beschäftigen Sie sich mit vielen Fragen: Wie präsentiere ich am besten meine Immobilie, welche Werbemaßnahmen sind heutzutage sinnvoll, welche Verkaufsunterlagen benötige ich, und nicht zuletzt, wie viel Zeit und Geld muss ich eigentlich aufwenden?
Der Referent, Marcel A. Schröder, selbst seit 16 Jahren Immobilienberater und seit 6 Jahren Sachverständiger für Immobilienbewertung kennt diese Probleme aus der täglichen Berufspraxis.
Mit diesem Vortrag erhalten Sie einen Leitfaden, wie Sie

- Die Immobilie mit dem richtigen Kaufpreis am Markt platzieren
- die richtige Zielgruppe ansprechen
- die damit verbundenen Werbemaßnahmen ergreifen, sowie
- Tipps und Tricks aus der Praxis

Das Ziel: Ein strukturierter, geplanter und sicherer Immobilienverkauf. Bitte bringen Sie Schreibunterlagen für eigene Notizen mit. Ein Vortragsskript kann vor Ort für 10,– € erworben werden.

D14026 10,– €
1 Abend, 1.11.2012
Do, 18:30 – 21:00 Uhr
Marcel André Schröder, Gutachter für Immobilienbewertung

Geldanlagen für die Generation 50 Plus

Fragen und Antworten rund um Vermögensbildung und Kapitalverwendung

Mit fortschreitendem Alter ändern sich Lebensziele, Wünsche und das persönliche Umfeld. All diese Dinge haben Einfluss auf Vermögensplanung und Kapitalverwendung. Auch Gesetzesänderungen wirken sich auf die finanzielle Situation aus.
Die wichtigsten Themen:

- Geldanlagen mit hoher Sicherheit
- Erbschaft und Schenkung
- Geldanlagen für Kinder und Enkel
- Renten- und Lebensversicherung
- Immobilien und Beteiligungen als Geldanlage
- Qualifizierte Beratung und Betreuung: Wo gibt es das?

Diese Veranstaltung ist eine erste Einführung; sie ersetzt kein persönliches Beratungsgespräch.

D14040 12,– €
1 Abend, 19.11.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Ernst Rudolf

Unikat für's Bad.

BAD EXPO

Baumstark

Auf annähernd 500 qm finden Sie täglich von 8:00 bis 20:00 Uhr vieleAnregungen zum neuen Wohlfühlbad in Baumstarkqualität und Design.

Theo Baumstark GmbH & Co.Wärme- und Gesundheitstechnik KG,
Wandersmannstr. 71, 65205 Wiesbaden, (0611) 9 76 08-0, www.baumstark-Haustechnik.de

Anzeige

»Rente und Steuer – es wird teuer«

Was kann man als Steuerpflichtiger in der Erwerbsphase und in der Rentenphase dagegen tun? Anschaulich und verständlich vermittelt ein erfahrener Diplom-Betriebswirt und Steuerberater an diesem Abend die trockene Materie. Arbeitnehmer (bis hin zu rentennahen Jahrgängen), Rentner, Pensionäre, Selbstständige als auch Steuerpflichtige, die mit Abfindungen rechnen, werden Hinweise erhalten, wie die Steuerlast zu reduzieren ist. Ferner wird thematisiert, welche Rentner aufgrund der zentralen Erfassung und und Meldung aller Renten an die Finanzbehörden in das Fadenkreuz der Finanzämter geraten können (teilweise werden Einkommensteuererklärungen über Jahre angefordert, die Nachzahlungen auslösen können). Angesprochen werden auch die Themen Abzugsfähigkeit von Altersvorsorgeaufwendungen in der Erwerbs- und die Besteuerung in der Rentenphase.

D14050V 12,– €
1 Abend, 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Jürgen Maifarth

Ratgeber Nähen

Nähkurs

für Anfänger/innen I

Der Kurs richtet sich an Interessentinnen und Interessenten mit keinerlei Näherfahrung.
Sie lernen den Umgang mit elektrischen Nähmaschinen, mit Schnittmustern und mit Stoffen und erfahren viele wichtige Tipps und Nähdetails. Sie nähen einfache schöne Dinge: z. B. Kissenhüllen, Taschen und Schürzen. Nähmaschinen sind vorhanden, einige Schnittmuster ebenfalls. Eigene Nähmaschinen können aber mitgebracht werden.
Bitte beachten Sie, dass zu den Teilnahmegebühren Ihre individuellen Materialkosten hinzukommen.
Die Dozentin ist Dipl.-Ing. (FH) Bekleidungstechnik.
Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Näh- und Stecknadeln, Maßband, Schneiderkreide, Schere, Stoff (nicht dehnbar) und Baumwollstoffreste, dazu passendes Nähgarn.

D15101 16,00 Ustd. 62,– €
Haus C
4 Abende, ab 18.9.2012
Di, 18:30 – 21:30 Uhr
Irina Wirt

D15102 16,00 Ustd. 62,– €
Haus C
4 Abende, ab 21.9.2012
Fr, 18:30 – 21:30 Uhr
Irina Wirt

D15103 16,00 Ustd. 62,– €
Haus C
4 Vormittage, ab 15.9.2012
Sa, 9:00 – 12:00 Uhr
Irina Wirt

Nähkurs

für Anfänger/innen II

An diesem Kurs können Interessentinnen und Interessenten teilnehmen, die bereits über erste Näherfahrungen verfügen.
Mit speziellen Nähübungen können Sie zunächst Ihre Fertigkeiten verbessern. Danach lernen Sie z. B., wie man einen Reißverschluss einnäht oder mit dem Schrägband Halsausschnitte und andere Kanten sauber abschließen kann und vieles mehr.
Ein weiterer Schwerpunkt ist die Einführung in die Arbeit mit Schnitten sowie die Herstellung einfacher Kleidungsstücke. Sollten Sie keine Nähmaschine besitzen, stellen wir kostenfrei eine für den Kurs zur Verfügung.
Bitte beachten Sie, dass zu den Teilnahmegebühren Ihre individuellen Materialkosten hinzukommen.
Die Dozentin ist Dipl.-Ing. (FH) Bekleidungstechnik.
Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Näh- und Stecknadeln, Maßband, Schneiderkreide, Schere, Stoff und Baumwollstoffreste, dazu passendes Nähgarn, Kopierfolie, Schnitte falls vorhanden.

D15104 16,00 Ustd. 62,– €
Haus C
4 Vormittage, ab 3.11.2012
Sa, 9:00 – 12:00 Uhr
Irina Wirt

Nähkurs

für Fortgeschrittene

Der Kurs richtet sich an kreative Hobbyschneiderinnen, die ihre Nähkenntnisse verbessern und vertiefen wollen. Sie lernen unter fachkundiger Anleitung ein selbst gewähltes Kleidungsstück zu nähen. Die einzelnen Arbeitsschritte wie Maßnehmen, Zuschneiden, Anprobieren und Nähen werden erklärt und aktive Hilfestellung gegeben. Bitte all das mitbringen, was Sie zum Nähen für ein Stück Ihrer Wahl benötigen. Sollten Sie keine Nähmaschine besitzen, stellen wir kostenfrei eine für den Kurs zur Verfügung.
Bitte beachten Sie, dass zu den Teilnahmegebühren Ihre individuellen Materialkosten hinzukommen.
Die Dozentin ist Dipl.-Ing. (FH) Bekleidungstechnik.
Bitte mitbringen: Schreibutensilien, Näh- und Stecknadeln, Maßband, Schneiderkreide, Schere, Stoff, dazu passendes Nähgarn, Schnitt, Kopierfolie und Kopierpapier.

D15105 16,00 Ustd. 68,– €
Haus C
4 Abende, ab 30.10.2012
Di, 18:30 – 21:30 Uhr
Irina Wirt

Accessoirekurs

für Nähanfänger und Fortgeschrittene

Ziel des Kurses ist es, handwerkliches Know-how zu vermitteln und individuelle Lösungen für kreative Ideen zu finden. Dieser Prozess wird mit Fantasie, hilfreichen Anregungen und professionellen Tricks unterstützt. Deswegen nähen und gestalten wir Schritt für Schritt: Zunächst einmal erlernen Anfänger die Basistechniken des Handwerks. Anschließend wird die Fingerfertigkeit an der Nähmaschine erprobt und eingeübt. Dabei entstehen bereits die ersten kleinen fantasievollen Accessoires wie Haarbänder, Halstücher und Umhängetaschen. Gleichzeitig können die Geübteren sich an schwierigeren Modellen wie Handy- oder Kamerataschen erproben. Im Trend liegen derzeit außerdem die vielfältigen und sehr effektvollen Wohnaccessoires wie genähte Bilder, dekorative Patchworktiere, bestickte Kissen und Sitzkissen, Tisch- und Platzdeckchen. Deren Herstellung ist keine Kunst, sondern ein Zusammenspiel von Technik und Kreativität.

KULTURTICKET
ist für die Volkshochschule = KombiTicket

ESWE-Verkehr, VMW und die Landeshauptstadt Wiesbaden haben zum 1. Mai 2008 das **KULTURTICKET** eingeführt. Die Volkshochschule Wiesbaden ist dem angeschlossen, zu den Konditionen des **KombiTickets**. Für die Teilnehmer und Teilnehmerinnen der vhs gilt, wie gehabt: freie Fahrt mit dem Verkehrsverbund Mainz-Wiesbaden 2 Stunden vor und nach der Veranstaltung.

Mit dem KULTURTICKET kostenlos zur Volkshochschule!

Die Dozentin ist Schneiderin und Diplom-Modedesignerin FH.
Bitte mitbringen:
– Stoff nach Wahl – am besten einfache Baumwollstoffe uni oder gemustert

für den 1.Termin reicht zunächst 1 m oder auch Stoffreste wenn vorhanden
– für Taschen einen festeren Baumwollstoff
– passendes Nähgarn, Stoff- und Papierschere, Näh- und Stecknadeln, Geodreieck oder Maßband, Packpapier oder Schnittpapier, Bleistift, Schneiderkreide

D15106 16,00 Ustd. 62,– €
Haus C
4 Abende, ab 8.11.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Ariane Höfer

Kreativer Nähkurs

für Kinder (ab 10 Jahre)

D989055 16,00 Ustd. 62,– €
vhs, Haus C
4 Nachmittage, ab 15.9.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Ariane Höfer
Nähere Informationen auf Seite 164

jung & wild

Ratgeber Technik

Fahrradwartung

Reifen platt – Schaltung verstellt – Bremszug gerissen – Radlager nachstellbedürftig... was tun?
Wenn Sie sich in diesen Situationen nicht länger hilflos fühlen möchten, lernen Sie in diesem Kurs unter Anleitung, wie Sie grundlegende Wartungen und Reparaturen durchführen und werden dabei in die technischen Variationen eines Fahrrades eingeführt, ohne gleich eine Ausbildung zum/zur Fahrradmechaniker/in zu durchlaufen.
Bitte bringen Sie Ihr (möglichst nicht zu verschmutztes) Fahrrad, Fahrradwerkzeug, Lappen und unempfindliche Kleidung mit.

D15401 6,00 Ustd. 55,– €
vhs, Haus A
2 Samstage, ab 8.9.2012
Sa, 13:30 – 15:45 Uhr
Armin Reich

Tourenplanung und Navigation mit GPS

Der Kurs richtet sich an Outdoor-Aktivisten (Wanderer, Radfahrer, Mountainbiker, Jogger usw.) jeden Alters, die mit Hilfe moderner und bezahlbarer Navigationstechniken zukünftige Touren metergenau planen, verwalten und dabei von der Erfahrung anderer Aktivisten profitieren wollen. Selbstverständlich soll eine verständliche Einführung in die GPS-Technik erfolgen, um die Möglichkeiten und Grenzen der GPS-Navigation aufzuzeigen. Im Kurs wird dann detailiert beschrieben, wie bei der Installation von topografischen Karten auf das GPS-Gerät und auf den PC keine weiteren Kosten anfallen. Das gilt auch für die Planung der Touren.
Und natürlich soll auch der Spaß nicht zu kurz kommen, eine Einführung ins Geocaching (GPS-Schatzsuche) rundet den Kurs ab.
Der Kurs eignet sich auch für Großmütter/-väter, die mit Ihren Enkeln im Wald auf Abenteuertour gehen wollen oder für zukünftige Outdoor-Aktivisten, die sich noch überlegen, ein Outdoor-Navi zuzulegen.
Geringe Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC und dem Internet sind wünschenswert. Der zusätzliche Termin zu einer praktischen Erprobung bei einer Wanderung wird mit den Teilnehmern separat vereinbart.

D15403 6,00 Ustd. 48,– €
vhs, Haus A
3 Abende, ab 21.9.2012
Fr, 17:30 – 19:00 Uhr
Wolfgang Gottwald

Bildung für alle!

Barrierefrei!

Die Häuser A,B und C der vhs im Europaviertel sind weitgehend barrierefrei gestaltet, so dass auch Menschen mit Behinderungen an den Veranstaltungen teilnehmen können. Die Villa Schnitzler ist ebenfalls seit Anfang des Jahres 2011 weitgehend barrierefrei.
Spezielle Veranstaltungen für Menschen mit Behinderungen, an denen selbstverständlich auch Menschen ohne Behinderungen willkommen sind, bietet die Behindertenseelsorge im Ev. Dekanat Wiesbaden,
Schwalbacher Straße 6
65185 Wiesbaden,
Telefon (06 11) 1 40 90
E-Mail: behindertenseelsorge.wi@ekhn-net.de
Kontaktperson: Pfarrer Rolf Haller
Weitere Informationen über Barrierefreiheit bietet www.wiesbaden-barrierefrei.de

TANDEM – der interkulturelle Treff in Wiesbaden

- persönliche Gespräche mit Menschen aus aller Welt
- Einblicke gewinnen in unterschiedliche Kulturen
- offen sein für den fremden Blick auf die eigene Kultur

Bei uns sprechen Sie in kleinen Gruppen mit Menschen aus aller Welt. Jedes Mal gibt es ein neues, interessantes Gesprächsthema. Sie werden sehen, wie viel Spaß es macht, Erfahrungen und Meinungen auszutauschen und dabei interessante Neuigkeiten zu erfahren. TANDEM ist kurzweilig und erfrischend. Gleichzeitig unterstützen Sie Menschen anderer Herkunft, im Gespräch ihre Deutschkenntnisse zu vertiefen.

und außerdem:
Gemeinschaft erleben bei Wanderungen, Picknick, Führungen und Festen

Geschäftsführung:
Gabriele Nisius,
Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Keine Anmeldung,
keine Kosten,
....kommen Sie
einfach vorbei!

montags, 17 – 19 Uhr
Gemeindehaus St. Andreas
Nähe Loreleiring,
Assmannshäuserstr. 11
(Bus: 4, 17, 18, 23, 24, 27)

dienstags, 17 – 19 Uhr
Stephanusgemeinde
Westend, Klarenthaler
Straße 22 a (Bus: 14)

mittwochs, 9 – 11 Uhr
- Frauentreff -
Stephanusgemeinde
Westend, Klarenthaler
Straße 22 a (Bus: 14)

mittwochs, 17 – 19 Uhr
RoncalliHaus, Stadtmitte,
Friedrichstr. 26 - 28
(Bus: 14 u. a.)

donnerstags, 17 – 19 Uhr
Evangelisches Gemeindehaus Oranier-Gedächtnis-Gemeinde (hinter dem Telefonhäuschen)
Biebrich, Bunsenstraße 25 /
Ecke Breslauer Straße
(Bus 3, 14)

freitags, 17 – 19 Uhr
Evangelische Bergkirchengemeinde, Bergkirchenviertel, Lehrstraße 6
(Bus 1, 8: Haltestelle Webergasse, Bus 6: Haltestelle Adlerstraße)

Informationen

Tandem-Geschäftsstelle
Gabriele Nisius, vhs
Tel.: 0611/9889-113
www.vhs-wiesbaden.de/tandem
gnisius@vhs-wiesbaden.de
oder
RoncalliHaus
Tel.: 0611/174120

Gefördert von der Stadt Wiesbaden, getragen von: Volkshochschule Wiesbaden, Evangelischer Erwachsenenbildung und Katholischer Erwachsenenbildung

KONZERTE RÜDESHEIM AM RHEIN SAISON 2012/1013

Liebe Musikfreunde, verehrtes Publikum,

die Volkshochschule Rheingau-Taunus als Veranstalter der Konzertreihe im Rathaus Rüdesheim am Rhein freut sich, gemeinsam mit dem Förderkreis für die Sonntagskonzerte Ihnen in diesem Jahr nicht nur eine Erweiterung des Angebots auf fünf Konzerte ankündigen zu können, sondern auch, dass zwei dieser Konzertprogramme in Schloss Boosenburg, dem Sitz der Familie Jung, stattfinden werden. Die Öffnung des privaten Raums zum öffentlichen Kulturraum ist ebenso zu begrüßen wie die Belebung des öffentlichen Raums Rathaus Rüdesheim zum Klangraum und Konzertsaal. Dies trifft zusammen mit dem nicht nur finanziellen Engagement des Rotary-Clubs Wiesbaden-Rheingau, der sich wiederum hat in die Pflicht nehmen lassen und die jetzt fünf Konzerte für Schulen sponsern wird: „Bildung - Jetzt!"

Die drei Konzerte im Rathaus Rüdesheim dokumentieren die Bemühungen, auch Rüdesheimer Künstler stärker als bisher in die gemeinsame kulturelle Arbeit zu integrieren. So wird der in Rüdesheim gebürtige Tenor Adrian Kroneberger in seinem die Spielzeit eröffnenden Liederabend neben einem dramaturgisch wunderbar komponierten Programm mit Werken von Ferdinand Hiller, Josephine Lang und Robert Schumann auch die Petrarca-Vertonungen von Christian Weidt zur Uraufführung bringen. Von diesem jungen Rüdesheimer Komponisten wird im Februar dann sein neues Streichtrio uraufgeführt, neben der Streichtrio-Version der Bach'schen Goldberg-Variationen und Frühwerken der Komponisten Hanns Eisler und Bernd Alois Zimmermann.

Die junge Violin-Virtuosin Elena Graf zusammen mit der Pianistin Katsura Mizumoto für das erste Konzert in der Boosenburg zu gewinnen, war eine ebenso große Freude, wie den vor zwei Jahren in unserer Reihe mit so fulminantem Erfolg auftretenden Pianisten Jakub Cizmarovic mit einem spannenden neuen Programm wieder verpflichten zu können.

Unser Concert Surprise mit den „Boosenburg Players" wird Ihnen sicher Freude bereiten, denn im traditionsreichen Ambiente werden Komponisten zu Gehör kommen, die – frei nach Sarastro – „In diesen heil'gen Hallen" ein und aus gingen.

Eine weitere kleine Neuerung wird sein, dass die drei Konzerte im Rathaus schon um 16 Uhr beginnen, die zwei Konzerte in der Boosenburg als Matinée schon morgens um 11 Uhr.

Die Abonnementspreise werden der Anzahl der Konzerte angepasst. In der Boosenburg ist den dortigen Gegebenheiten entsprechend freie Platzwahl.

Seien Sie gespannt auf neue Facetten der Musik. Wir hoffen, eine gute Mischung aus Bekanntem und Unbekanntem gefunden zu haben und freuen uns über Ihr Interesse.

Volker Mosler
Bürgermeister

Stephan Breith
Eduard Jung

Frieder Rothenberger
Vorsitzender vhs

14.10.2012, 16 Uhr — Rathaus Rüdesheim am Rhein
Adrian Kroneberger Tenor
Ulrich Linke Klavier
Liederabend mit Werken von Ferdinand Hiller, Josephine Lang, Robert Schumann und Christian Weidt (UA)
Schulkonzert: 12.10.2012, ca. 10 Uhr

25.11.2012, 11 Uhr — Schloss Boosenburg, Rheinstraße 3
Elena Graf Violine
Katsura Mizumoto Klavier

Johannes Brahms	Sonate Nr. 1 G-Dur (1878/79)
Franz Schubert	Rondo brilliant h-moll op. 70 (ca. 1822) D 895
Claude Debussy	Sonate g-moll (1916/17)
Francis Poulenc	Sonate No. 4 FP 119 (1942/43, rev. 1949)

Schulkonzert: 26.11.2012, ca. 10 Uhr

10.2.2013, 16 Uhr — Rathaus Rüdesheim am Rhein
Karl Heinz Schultz Violine
Tilman Lauterbach Viola
Stephan Breith Violoncello

Hanns Eisler	Präludium und Fuge über B-A-C-H op. 46 (1934)
Bernd Alois Zimmermann	Trio für Violine, Viola und Violoncello (1944)
Christian Weidt	Neues Werk für Streichtrio (2012) Uraufführung
Johann Sebastian Bach	Goldberg-Variationen BWV 988 (Version für Streichtrio)

Schulkonzert: 18.2.2013, ca. 10 Uhr

10.3.2013, 11 Uhr — Schloss Boosenburg, Rheinstraße 3
Concert Surprise mit den Boosenburg Players und Werken von Brahms, Hindemith, Gieseking, Fortner, Jung & Jazz
Schulkonzert: 8.3.2013, ca. 10 Uhr

7.4.2013 16 Uhr — Rathaus Rüdesheim am Rhein
Jakub Cizmarovic Klavier

Johannes Brahms	Zwei Balladen op. 10 (1854)
Ludwig van Beethoven	Klaviersonate Nr. 30 E-Dur op. 109 (1821)
Alexander Skrjabin	Klaviersonate Nr. 4 Fis-Dur op. 30 (1903)
Franz Liszt	Bénédiction de Dieu dans la solitude (1847)
Robert Schumann	Carnaval As-Dur op. 9 (1834/35)

Schulkonzert: 18.4.2013 ca. 10 Uhr

KONTAKT Petra Ulges . Markt 16 . 65385 Rüdesheim am Rhein . Telefon 06722 / 40851 . Fax 06722 / 40836

PREISE Abonnement/Einzelkarte: **Reihe 1-6** € 62 / € 15 . **Reihe 7-8** € 50 / € 12,50 . **Empore** € 37 / € 10 . **Schüler & Studenten** € 5

Veranstaltungsreihe der **vhs** Rheingau-Taunus e.V.
in Verbindung mit dem Förderkreis Rüdesheim-Konzerte e.V. und der Stadt Rüdesheim am Rhein
Aktuelle Informationen finden Sie unter www.vhs-rtk.de

Kultur und Kreativität

Inhalt

Literatur und Film	22
Kunst- und Kulturgeschichte	25
Theater	28
Malen und Zeichnen	31
Künstlerisches Gestalten	38
Musik in Theorie und Praxis	41
Fotografie und Video	43
Kultur im Miteinander	45
Whisky, Wein und mehr	46
Landeskunde regional und international	47
Reisen, Fahrten und Rundgänge	48
Kultur und Kulinarik	50

Der Fachbereich Kultur und Kreativität an der vhs Wiesbaden gibt durch sprachliche, bildnerische, klangliche und körperlich-darstellerische Eigentätigkeit Anregungen zu einer neuen Wahrnehmung unserer Welt.
Durch das Erfahren von Wissen, Erlernen künstlerischer und handwerklicher Fähigkeiten und Techniken werden kreative Kräfte freigesetzt, die es einem ermöglichen, die Welt als veränderbar und gestaltbar zu begreifen.
Kurse, Seminare, Vorträge und Reisen machen vertraut mit der eigenen Kultur und fremden Kulturkreisen. Begegnungen und Gespräche fördern das Verständnis für Zusammenhänge und ermöglichen menschliches Miteinander und individuelle Bildung.

Elfriede Weber
Leiterin
des Fachbereiches
Kultur und Kreativität
E-Mail: eweber@
vhs-wiesbaden.de
Information
und Beratung
nach Vereinbarung

Fachbereichs-assistenz:

Angela Schneider

Doris Vellmer-Kraus

Villa Schnitzler,
Biebricher Allee 42
(Haltestelle
Nußbaumstraße),
Telefon 98 89-161,
Telefax 98 89-169,
E-Mail: villa@
vhs-wiesbaden.de

Die Veranstaltungen finden in der Villa Schnitzler statt, wenn kein anderer Ort angegeben ist.

Villa Schnitzler: barrierefrei!

Foto: Johannes Zahn

Kultur und Kreativität

Literatur und Film

Literatur und Film

Die Phantasie blüht wieder auf!

Literaturseminare

von Dr. Marlene Lohner

Für das Herbstsemester fällt die Auswahl auf zwei Bücher, die in diesem Frühjahr in der Presse für erhebliches Aufsehen gesorgt haben, zufällig (?) alle von Frauen oder über eine Frau. Eines ist von Felicitas Hoppe und heißt »Hoppe«. Es bezeichnet sich trotz dieses Namens als »Roman«, ist auch keineswegs eine Autobiografie dieser Schriftstellerin, sondern eher eine von F. H. erzählte Traumbiografie. »Die schönste und intelligenteste Prosa Deutschlands schreibt Felicitas Hoppe«, so Dennis Scheck. Ebenso begeistert (2011: »Mein liebstes Buch des Jahres«) äußerte er sich über Antje Ravic Strubels Roman »Sturz der Tage in die Nacht«. Es geht hier um ein Paar, dessen Liebe durch äußere Einwirkungen schwerer Gefahr ausgesetzt wird. Auch dieses Buch ist mitreißend geschrieben.

Bei beiden Büchern fällt auf, dass – nach den einander oft zu ähnlichen »realen« Geschichten der letzten Jahre – die Fantasie wieder eine erhebliche und erfreuliche Rolle spielt.

Bitte lesen Sie vorab: Felicitas Hoppe »Hoppe«; Antje Ravic Strubel »Sturz der Tage in die Nacht«. Beide Bücher erschienen im S. Fischer Verlag.

D20010 20,00 Ustd. 72,– €
10 Vormittage, ab 24.9.2012
Mo, 10:30 – 12:00 Uhr

D20020 20,00 Ustd. 72,– €
10 Abende, ab 25.9.2012
Di, 19:30 – 21:00 Uhr

D20030 20,00 Ustd. 72,– €
10 Vormittage, ab 26.9.2012
Mi, 10:30 – 12:00 Uhr

Gedanken zur heutigen Prosa

Literaturvortrag

Dr. Dorothea Friedrich: »Wie schreibt man eine gute Geschichte?«
Dr. Marlene Lohner: »Wie lässt sich ein gutes Buch von einem schlechten unterscheiden? – Gibt es heute noch angemessene Bewertungskriterien?«
Mit anschließender Diskussion.
In Kooperation von Volkshochschule Wiesbaden e.V. und Literaturhaus Villa Clementine.
Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D20040V 8,– €/erm. 7,– €
Literaturhaus Villa Clementine, Frankfurter Straße 1
1 Abend, 29.11.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr

»Ich revoltiere, also bin ich«

Albert Camus: »Die Pest« (Roman 1947)
Literarisches Seminar

In dem Roman geht es um die Chronik einer Pest-Epidemie in der algerischen Stadt Oran und die Reaktion verschiedener Menschen(-typen) auf diese Ausnahmesituation. Im Mittelpunkt steht der Arzt Rieux, der sich wie Camus nicht mit dem sinnlosen Tod von Menschen und mit der eigenen Ohnmacht abfinden will. – Da Camus, der sich während des 2. Weltkrieges in der französischen Widerstandsbewegung gegen die deutsche Besatzung engagiert hatte, selbst den Zusammenhang herstellt zwischen Krieg/Diktatur und Pest, zwischen der Besetzung Frankreichs und der Situation der Stadt Oran, kann der Roman auch als Dokument des Widerstands gegen gewaltige und Gewalt anwendende menschliche Macht gelesen werden. Durch seine parabelhafte Form ist er offen für weitere Deutungsmöglichkeiten.
Empfohlene Literatur: Die Pest, rororo 22500.

D20095 35,– €
1 Tag, 6.10.2012
Sa, 10:00 – 17:30 Uhr
Dr. Christa Thomassen

– Bitte beachten Sie auch das **Zen-Seminar D11250** von Dr. Christa Thomassen, Seite 10.

Goethe, Späte Lyrik

Ein poetischer Abend mit Wein und Brezeln

Nach der intensiven Beschäftigung mit Goethes Dichtung aus der Zeit des Sturm und Drang und der frühen Klassik wollen wir uns nun den lyrischen Werken ab etwa 1800 zuwenden. Im Zentrum unserer Betrachtungen werden die ganz unterschiedlichen Gedichte des Westöstlichen Divan stehen, darunter der versteckte Austausch von Liebeserklärungen mit der verheirateten Marianne von Willemer.
Aus Goethes naturwissenschaftlichen Studien ergeben sich späte Gedichte wie »Eins und Alles«, dessen Schluss er wenige Jahre später aber als »dumm« verwirft. Kurz vor seinem Tod korrigiert er sich und schreibt das Gedicht »Vermächtnis«, in dem er uns seine Gedanken zum Umgang mit den Wissenschaften und zum Weiterleben nach dem Tod hinterlässt.
Die Texte werden zur Verfügung gestellt. Wein und Brezeln werden uns bei Kräften halten.

D20105 16,– €
1 Abend, ab 7.11.2012
Mi, 18:30 – 21:00 Uhr
Charlotte Andresen

Schönheit

Vortrag: Schönheit und Ideal

Wir leben von Idealen: Wir wollen moralisch gut sein, damit wir nicht nur vor uns selbst bestehen, sondern auch die Anerkennung der anderen erlangen. Deshalb sind wir auf der Suche nach der Bestätigung dieser Ideale – und das fängt schon morgens beim Blick in den Spiegel an. Denn ist es nicht unser Spiegelbild, an dem sich unsere Vorstellung von uns selbst immer wieder zu bewahrheiten hat? Darum – um die ästhetische Vermittlung des Ideals – soll es in diesem Vortrag gehen. Zwischen 1793 und 1795 hat Friedrich Schiller in einer Reihe von Briefen »Über die ästhetische Erziehung des Menschen« dem Zusammenhang von Schönheit und Ideal nachgespürt, in der bildenden Kunst und Literatur ist er Thema, und die Berliner Fotografen Jens Neumann und Edgar Rodtmann widmen der Selbstbespiegelung gegenwärtig große Aufmerksamkeit.
Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D20100V 6,– €
1 Abend, 6.12.2012
Do, 19:00 – 20:30 Uhr
Prof. Dr. Frauke Berndt

– Bitte beachten Sie auch den Kurs von Dr. Sofie Scholtz, **D200132: »…nicht der Anfang vom Ende – nur das Ende des Anfangs.** Vom Altwerden in der Literatur«. Nähere Informationen siehe Akademie für Ältere, Seite 156.

Biebrich liest

Eine Veranstaltung der Stadtteilbibliothek und des Nachbarschaftshauses Biebrich und der vhs Wiesbaden.
Menschen, die in Biebrich leben oder arbeiten, lesen Texte ihrer Wahl.
Eintritt frei!

Das Nachbarschaftshaus ist bis zum 12. Oktober 2012 in der Ludwig-Beck-Straße 1 (Schulgelände). Ab 29. Oktober 2012 finden die Veranstaltungen voraussichtlich wieder in der Rathausstraße 10 statt. In den hessischen Herbstferien vom 15. bis 26. Oktober 2012 ist das Nachbarschaftshaus wegen des Umzugs geschlossen.

D20070
Nachbarschaftshaus Wiesbaden, Raum A 6, Ludwig-Beck-Straße 1 (Schulgebäude)
1 Abend, 11.10.2012
Do, 19:00 – 21:00 Uhr

D20080
Es liest unter anderem Michaela Loreth-Schädle.
Stadtteilbibliothek Biebrich, Rudolf-Dyckerhoff-Straße 10
1 Abend, 5.12.2012
Mi, 19:00 – 21:00 Uhr

Schönheit

Vortrag: (K)eine Geschichte der Schönheit

Aus dem Hässlichen lässt sich viel machen, aus dem Schönen nichts. Was Goethe hier formuliert, scheint im Zeitalter von Casting-Shows, Silikon und Diäten für die meisten Menschen absurd. Die Sehnsucht nach Schönheit ist heute mehr denn je eine Antriebsfeder, die selbst politische und gesellschaftliche Fragen zweitrangig erscheinen lässt. Dabei spielt die Überwindung des Hässlichen (mit welchen Mitteln auch immer) offenbar eine wesentliche Rolle. Doch was genau soll überwunden werden? Es gibt zwar einen Kanon des Schönen, doch fehlt eine plausible Definition von Hässlichkeit. Anhand von Bildmaterialien und Texten von der Antike bis in die Gegenwart (mit einem Schwerpunkt im 20. Jahrhundert) sollen die unterschiedlichen Funktionen des Hässlichen als Gegenstück des Schönen, vor allem aber seine Wirkung als Katalysator zukünftiger Schönheitsideale aufgezeigt werden. Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D20110V 6,– €
1 Abend, 25.9.2012
Di, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. Bettina Bosold-DasGupta

Streifzüge durch Dantes Göttliche Komödie: Purgatorio »Der Läuterungsberg«

In diesem Semester findet eine Fortsetzung der »Streifzüge durch Dantes Göttliche Komödie« statt.
Anhand von Textauszügen und Bildmaterialien folgen wir dem Protagonisten Dante weiterhin auf seiner Reise durch die Welten des Jenseits. Nachdem er und sein kompetenter Begleiter Virgilio bis ins tiefste Innere der Erde herabgestiegen sind, beginnt eine besonders prägende und emotional bewegende Etappe des Wegs: Der Aufstieg auf den im Ozean gelegenen Läuterungsberg, auf dessen Gipfel sich das Irdische Paradies befindet. Mit dem Betreten des Purgatorio verändern sich die Situation und das Verhalten des Reisenden grundlegend: Während er im Inferno die Rolle eines mitfühlenden Beobachters innehat, ist er nun selbst in die physischen und seelischen Erfahrungen des Aufstiegs involviert, der zu einer zunehmenden Leichtigkeit des Seins und einer Veränderung des Bewusstseins führt.

D20111 12,00 Ustd. 54,– €
6 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. Bettina Bosold-DasGupta

Literatur als Hobby

Traum, Fiktion und Wirklichkeit – Englische Literatur des 19. Jahrhunderts

Ein großes Thema der englischen Romanliteratur im 19. Jahrhundert ist die Auseinandersetzung zwischen Vernunft und Phantasie. Das Seminar behandelt vier Texte, die dieses Spannungsfeld sichtbar machen: Mary Shelleys wissenschaftskritischen Science-Fiction-Roman »Frankenstein«; »Große Erwartungen« von Charles Dickens, das als Höhepunkt der Dickens'schen Wirklichkeitsdarstellung gilt; Joseph Conrads »Herz der Finsternis«, wo die Realität englischer Kolonialpolitik in eine Situation führt, die auch die Erklärungsmöglichkeiten der Erzählerfigur übersteigt; und schließlich Henry James' »Das Durchdrehen der Schraube«, eine Geschichte, in der Phantasie und Realität gar nicht mehr zu unterscheiden sind. Neben der Diskussion und literaturwissenschaftlichen Erläuterung der Werke bietet das Seminar auch einen generellen Überblick über die Entwicklung des englischen Romans im 19. Jahrhundert.
Texte: Mary Shelley, Frankenstein (Fischer Taschenbuch) – diesen Text bitte zum ersten Seminartermin lesen! Charles Dickens, Große Erwartungen (Insel Taschenbuch), Joseph Conrad, Herz der Finsternis (Diogenes), Henry James, Das Durchdrehen der Schraube (dtv)

D20120 20,00 Ustd. 72,– €
10 Vormittage, ab 11.9.2012
Di, 9:30 – 11:00 Uhr
Dr. Ulrike-Sofie Scholtz

D20130 20,00 Ustd. 72,– €
10 Abende, ab 13.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Dr. Ulrike-Sofie Scholtz

Zwischen Jerichow und New York

Lesekreis zu Uwe Johnsons »Jahrestagen«

Wer sich mit Uwe Johnsons großem Roman »Jahrestage« befasst, ist meist fasziniert: von der Originalität und Anschaulichkeit der Sprache, von der ungewöhnlichen und komplexen Erzählweise, von einer Geschichte, die die zentralen Themen unseres (Zusammen-)Lebens behandelt. Weil der Roman so vielschichtig ist, ergeben sich bei der Lektüre ständig neue Erkenntnisse, aber auch immer neue Fragen, die in einem Kreis von Mit-Lesern zu lebhaften Diskussionen führen können.
Der Lesekreis »Jahrestage« findet einmal im Monat statt, so dass zwischen den Treffen Zeit bleibt zum Lesen von (jeweils vorher verabredeten) Teilen des Romans. An den Abenden wird die entsprechende Passage genauer betrachtet, literaturwissenschaftlich erläutert und in Beziehung gesetzt zum Gesamtzusammenhang des Textes.
Der Roman könnte zu einem »Buch fürs Leben« werden!
Text: Uwe Johnson, »Jahrestage. Aus dem Leben der Gesine Cresspahl«, Suhrkamp tb 4059.
Bitte zum ersten Treffen möglichst viel davon lesen!

D20131 10,00 Ustd. 35,– €
5 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Dr. Ulrike-Sofie Scholtz

MÖRDERISCH (ent-)SPANNEND

Kurzkrimis bei Wein und Kerzenschein

Lesung mit den drei »Mörderischen Schwestern: Eva Almstädt, Christiane Dieckerhoff, Ulrike Dömken« und Musik von »7pm«.
Im Rahmen des Frauenkrimifestivals KRIMADONNA lesen drei »Mörderische Schwestern« aus ihren Romanen und Kurzkrimis. Erleben Sie einen Abend mit schaurig schönen, düsteren und heiteren Geschichten. Hören Sie dazu passend »kriminelle« Musik von dem Duo »7pm« und genießen Sie ein Glas Wein, während Sie sich von den »mörderischen Schwestern« fesseln lassen. Preis inklusive 1 Glas Wein.

D20333 25,– €
1 Abend, 16.11.2012
Fr, 19:00 – 21:30 Uhr

Anfänge der amerikanischen Moderne II

Die amerikanischen Großstädte in den Romanen der Realisten

Die Geschichte Chicagos spiegelt die rasante Veränderung der amerikanischen Gesellschaft auf imposante Weise wider. Als Stadt des Realismus ist Chicago Schauplatz vieler Romane und Gedichte, die wir im Laufe des Seminars gemeinsam erörtern werden. Durch die Literatur tauchen wir in die Welt der Schlachthäuser und Bankenviertel ein und schlüpfen hinter die gepolsterten Türen der Stadtverwaltung. Ferner werden wir zusammen eine Auswahl der ersten Einwandererliteratur lesen, die interessante und kritische Einblicke in das Leben an der Ostküste der »neuen Amerikaner« ermöglicht. Folgende Autor/innen können im Seminar gelesen werden: William Dean Howells, Stephen Crane, Willa Cather, Carl Sandburg, Abraham Cahan, H.H. Boyesen, Jane Addams, Upton Sinclair, etc. Ein detaillierter Seminarplan wird in der ersten Sitzung zur Verfügung gestellt.

D20140 12,00 Ustd. 54,– €
6 Abende, ab 22.8.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Christoph Lanzen

Lange Nacht der schottischen Poesie

Kultur und Kulinarik

Von einem Literaturkritiker jüngst gelobt als »beste und verlässlichste Darstellung der modernen schottischen Dichtung, die es in einer europäischen Sprache gibt«, bietet Beredter Norden, Iain Galbraiths zweisprachige Anthologie der schottischen Dichtung des 20. und 21. Jahrhunderts, den geeigneten Ausgangspunkt für einen unterhaltsamen, aber auch lehreichen Umgang mit den Sprachen, Themen, Menschen und Orten eines Landes, das nicht nur zu den beliebtesten Urlaubzielen der Welt gehört, sondern auch bald – laut mancher Prognose – ein eigenständiges Mitglied der europäischen Union sein könnte.
Gebühr inklusive Wein, Oatcakes und schottischem Käse.

D20145 19,– €
1 Abend, 5.10.2012
Fr, 19:00 – 22:00 Uhr
Iain Galbraith

Kultur und Kreativität

Literatur und Film

Elfen, Edle und Rebellen

Neue Geschichten aus Schottland mit Buffet

Auch diesmal stehen Mythen und Legenden aus Schottland auf dem Programm. Rolf Keil und Helmine Rausch sind tief in die Welt von Elfen, Geistern und Kobolden eingetaucht, haben die bewegte Geschichte der Clans beleuchtet und einen bunten Strauß an »neuen« alten Geschichten mitgebracht. Liebe und Verrat, Krieg, Heldentaten, Hexerei und die meist verborgenen und doch stets gegenwärtigen Bewohner des Elfenreiches bilden den Bogen des Abends, der von einem schottischen Essen und einem Glas Whisky abgerundet wird. Preis inklusive Speisen und Getränken (inkl. 1 Whisky).

D20150 29,– €
1 Abend, 23.11.2012
Fr, 19:00 – 22:00 Uhr
Rolf Keil, Helmine Rausch

Burns' Night

Supper zu Ehren des schottischen Nationaldichters

Robert Burns ist als Dichter ein Phänomen. Überall in der englischsprachigen Welt feiern jedes Jahr um den 25. Januar herum Fans den Geburtstag und die Werke von Schottlands berühmtem Nationaldichter. Dass es bei diesen Feiern fröhlich und auch mitunter »feucht« zugeht, wäre ganz im Sinne von Burns gewesen, der über sich selbst schreibt: »und so bleibe ich ein streunender, freimaurerischer, reimender Geselle.« Robert Burns wurde nur 37 Jahre alt, aber er entzündete ein Licht, das noch heute strahlt. Erleben Sie mit uns einen Abend bei dem der Dichter im Mittelpunkt steht; mit gespielten Geschichten, Gedichten und natürlich dem traditionellen Haggis, serviert mit »neeps and tatties« (Steckrüben und Kartoffeln).
Preis inkl. Speisen und Getränken (inkl. 1 Whisky).

E20151 29,– €
1 Abend, 25.1.2013
Fr, 19:00 – 22:00 Uhr
Rolf Keil, Helmine Rausch, Uwe Malzahn

Soirée

Fräulein Helen', der schöne Sigismund und Theodor

Schlager, Lieder und Texte der 20er bis 60er Jahre mit passendem Buffet
Kultur & Kulinarik
Gesungen und gelesen von Emilia Blumenberg, am Klavier Andreas Larbig
Witz, Freude, Charme und ein kleines bisschen Sehnsucht sind mit von der Partie, wenn der schöne Sigismund, Fräul'n Helen', Fußballstar Theodor, Herzensbrecher Waldemar und die Dame mit dem Sex-Appeal am Wochenende zusammen segeln geh'n. Erinnerungen an das, was früher »in« war. Wer war nochmal der Interpret? In welchem Film? In welchem Stück? Mit jedem Lied tauchen Zeitgeschichte und bei manchen Zuschauern wohl persönliche Erinnerungen auf. (»Musik! Musik! Musik!« – Ist der Refrain bekannt, auch zum Mitsingen.) Nach ihrem Marlene Dietrich-Programm und Französischen Chansons möchte Schauspielerin Emilia Blumenberg zur Abwechslung einen Abend mit deutschen Liedern gestalten. Ein sprachlicher Ausrutscher ist allerdings dabei: »Auf der Reeperbahn« gibt's auch in einer englischen, mindestens genauso schönen Fassung, die, wen wundert's, sogar Marlene Dietrich gesungen hat.
Köstlichkeiten aus der Zeit machen die Veranstaltung zu einem ganzheitlichen Erinnerungs-Erlebnis.
Preis inkl. Speisen und Getränken.

D20330 29,– €
1 Abend, 22.9.2012
Sa, 19:30 – 22:00 Uhr

Happy Birthday, Sherlock Holmes

Lesung und Vortrag mit Whisky-Probe

Veranstaltung im Rahmen des Wiesbadener Krimi-Herbstes
Meisterdetektiv Sherlock Holmes feiert 2012 seinen 125-jährigen literarischen Geburtstag: 1887 betrat er im Roman »Eine Studie in Scharlachrot« von Arthur Conan Doyle die Bühne der Welt- und Krimiliteratur – und hat sie seither nicht wieder verlassen. Krimi-Autor Dr. Karsten Eichner gibt den Teilnehmern Einblicke in die Welt des Meisterdetektivs und seines Schöpfers und liest aus seinem Buch »Sherlock Holmes: Die Wiesbadener Fälle«. Ein Glas echter Malt-Whisky rundet die Veranstaltung ab.

D20332 15,– €
1 Abend, 24.11.2012
Sa, 19:00 – 21:00 Uhr
Dr. Karsten Eichner

Stuttgart

Stadt der Dichter, Denker und der Kunst

Literarische Tagesfahrt
in Kooperation mit dem Förderverein Wiesbadener Literaturhaus Villa Clementine e.V.

D29006R 59,– €
29.9.2012
Charlotte Andresen, Hartmut Boger
Weitere Informationen Seite 48

Storylab – Geschichtenwerkstatt

Ob Sie Anfänger sind oder bereits ein Profi, ob sie an einem Roman, einer Kurzgeschichte, einem Drehbuch oder einem Drama arbeiten, ob sie gerade mit dem Schreiben eines Buches angefangen haben oder fast fertig damit sind – ins storylab können sie mit jedweder Geschichte und jedwedem Problem, das sie gerade damit haben, kommen – hier wird Ihnen geholfen! In gemeinsamer dramaturgischer Diskussion gehen wir Ihren Fragen und Problemen zu ihrem Stoff auf den Grund und versuchen adäquate Lösungsansätze anzubieten. Bei bereits vorhandenen Texten, Auszüge und eine Inhaltsangabe mitbringen.

D20336 49,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Krauth, Autorin, Dramaturgin

Mordsgeschichten

Wie man einen Krimi oder Thriller schreibt

Krimis und Thriller gehören zu den beliebtesten Genres auf dem Buch- und TV- Markt. Allerdings müssen sie ungerechtfertigter Weise zumindest hier in Deutschland um literarische Anerkennung buhlen. Einen hochwertigen Krimi zu schreiben, ist aber mindestens genauso schwer wie einen guten Roman zu verfassen, nur dass die Geschichte außer glaubwürdigen Figuren und Konflikten auch noch extreme Spannung, überzeugende kriminelle Motive und eine innere Logik der Verbrechensaufdeckung- oder bekämpfung haben muss. Dabei ist es egal, ob Sie eine Detektivgeschichte, einen historischen Krimi, einen Polit-

Fördern Sie Literatur!

Werden Sie Mitglied im Förderverein Wiesbadener Literaturhaus Villa Clementine e.V.!

Seit 2002 hat die Literatur in Wiesbaden ein Dach über dem Kopf: das »Literaturhaus Villa Clementine« an der Wilhelmstraße/Ecke Frankfurter Straße – ein sehr schöner, klassizistischer Bau, ein architektonisches Kleinod, das nun restauriert in neuer Pracht erstrahlt. Eine vom Förderverein finanzierte Skulptur des Glas-Künstlers Nabo Gass setzt seit 2011 in der Wilhelmstraße ein deutliches Zeichen für die Literatur. Dennoch bedarf der Ort des Lesens unserer Unterstützung: Der Verein will Privatpersonen und Unternehmen in ihrem Engagement für die Literatur zusammenführen und die Programmarbeit und die Präsenz des Literaturhauses in der Stadt bestärken. Das neue Literaturcafé als Treffpunkt ist ein wunderschöner Ort: Kommen Sie mit! Die Freunde und Förderer des Literaturhauses Wiesbaden werden regelmäßig über die Veranstaltungen informiert; sie erhalten zudem bei den Veranstaltungen des Literaturhauses Preisermäßigungen und werden zu besonderen Veranstaltungen eingeladen. Nähere Informationen und das Beitrittsformular entnehmen Sie bitte dem Faltblatt »Förderverein Wiesbadener Literaturhaus Villa Clementine e.V.«, das in der Geschäftsstelle der Volkshochschule oder der Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42, erhältlich ist (selbstverständlich auch in der Villa Clementine selbst).
Kontakt: Prof. Dr. Christian Russ, Rechtsanwalt und Notar
Tel. (06 11)44 90 91, Fax 4 84 51
mail: c.russ@fuhrmann-wallenfels.de
net: www.fuhrmann-wallenfels.de

oder Psychothriller schreiben wollen. Genrekonventionen, Literatur- und Filmbeispiele sollen den Teilnehmern helfen, spannenden kriminalistischen Erzählformen auf den Grund zu gehen, im Vordergrund des Seminars soll aber das Schreiben von Mordsgeschichten selbst stehen.

D20339 89,– €
1 Wochenende
Sa, 1.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 2.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Krauth, Autorin, Dramaturgin

Fiktionales Schreiben

Wie erfindet, entwickelt und schreibt man fiktionale Geschichten? Dabei geht es in diesem Seminar nicht um spezielle Roman- oder Drehbuchtechniken, sondern um die Grundlagen des Entwickelns einer Geschichte, egal ob sie später in einem Drehbuch, einer Kurzgeschichte oder einem Roman mündet. Theoretisch beschäftigen wir uns mit den wichtigsten dramaturgischen Werkzeugen, dem Wissen über Strukturen und Funktions- und Wirkungsweisen von Geschichten, der Entwicklung fiktiver Charaktere und Dialoge, das Erarbeiten des Themas, Konfliktes und der Aussage einer Geschichte. Praktisch werden die einzelnen dramaturgischen Werkzeuge in Übungen erprobt. Ziel des Seminars ist, die Teilnehmenden anhand mitgebrachter oder vorgegebener Ideen das Grundgerüst für eine fiktionale Geschichte entwickeln zu lassen.

E20335 89,– €
1 Wochenende
Sa, 26.1.2013, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 27.1.2013, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Krauth, Autorin, Dramaturgin

Autobiografisches als literarisches Schreiben

Wochenendworkshop

»Das ist keine Literatur, das ist autobiografisch!«, diese Kritik hören Autoren häufig von Vertretern des Literaturbetriebs. Aber dass literarische Qualität und autobiografischer Gehalt kein Widerspruch sein müssen, zeigt nicht nur Günter Waldmann in seinem Buch »Autobiografisches als literarisches Schreiben«. Dieser Kurs richtet sich an Schreibende, die Selbsterlebtem und -erfahrenem eine literarische Form geben wollen. Verschiedene Techniken der freien Um- und Ausgestaltung autobiografischer Stoffe vom Perspektivwechsel über die Anonymisierung und Verfremdung bis hin zur Erschaffung neuer Erzählwelten werden vorgestellt und praktisch erprobt. Der Kurs ist besonders geeignet für Teilnehmer, die einen Lebensabschnitt oder ein besonders prägendes Erlebnis literarisch umsetzen wollen.

D20350 79,– €
1 Wochenende
Sa, 22.9.2012, 10:30 – 16:30 Uhr
So, 23.9.2012, 10:30 – 16:30 Uhr
Susanne Czuba-Konrad, Autorin

Mythos Sisi

Auf den Spuren der legendären Kaiserin

Lesung und Vortrag in Wiener Kaffeehaus-Atmosphäre
2012 ist »Sisi-Jahr«: Vor 175 Jahren wurde die berühmte österreichische Kaiserin in München geboren. Glücklich wurde sie nicht – doch ihr tragisches Leben bot Stoff für viele Bücher und sogar ein Musical. Trost fand sie auf vielen Reisen durch halb Europa und im Schreiben von Gedichten. Im Rahmen einer Lesung aus Briefen und Tagebüchern sowie von zeitgenössischen Berichten beleuchtet Sisi-Expertin Dr. Eva Wodarz-Eichner das Leben der Ausnahme-Kaiserin.
Kuchen, Kipferl und Kaffee bieten dazu den passenden kulinarischen Rahmen. Inkl. Kuchen, Kipferl und Kaffee.

D20353 25,– €
1 Nachmittag, 17.11.2012
Sa, 16:00 – 18:00 Uhr
Dr. Eva Wodarz-Eichner, Kulturjounalistin und Buchautorin

(Auto-)biografisches Schreiben

Schnupperkurs

Workshop für Anfänger und Schreib-Interessierte
Wie bringt man seine eigenen Lebenserinnerungen zu Papier? Für die Kinder und Enkel, oder vielleicht sogar für eine Buchveröffentlichung. Wie steigt man ein, wie behält man den »roten Faden« im Auge, wie setzt man Schwerpunkte? Im Seminar »(Auto-)biografisches Schreiben« geben die Autoren Dr. Eva Wodarz-Eichner und Dr. Karsten Eichner Praxis-Tipps und zeigen anhand von Lebensbildern bekannter Persönlichkeiten, wie man die jeweiligen Charakteristika eines Menschen und seines Lebens herausarbeitet.

D20535 39,– €
1 Nachmittag, 15.9.2012
Sa, 14:00 – 18:00 Uhr
Dr. Eva Wodarz-Eichner, Kulturjounalistin und Buchautorin, Dr. Karsten Eichner

– Dr. Eva Wodarz-Eichner ist freie Journalistin und Buchautorin mit dem Schwerpunkt kulturhistorische Themen. Seit vielen Jahren schreibt sie für den Wiesbadener Kurier.
Gemeinsam mit ihrem Mann Dr. Karsten Eichner hat sie 2010 den Biographien-Band »Die großen Wiesbadener. Bürger, Badegäste und Berühmtheiten« veröffentlicht.

Anzeige
Teilnehmerinnen suchen Teilnehmer/innen
LITERATURSEMINAR BIEBRICH
Lesen Reden Verstehen Lesen Reden Verstehen Lesen Reden Verstehen Lesen
Thema: **"Erzählte Gegenwart"**
Termin: ab Ende Oktober 2012, Di., 18:15 - 19:45 Uhr
Ort: Mombacher Str. 5, 65203 Wiesbaden-Biebrich
Leitung: Dr. Waibler
Info: 0611-46 25 76 oder vs-wi(at)t-online.de

Kunst- und Kulturgeschichte

Antike Metropolen

Rom, Karthago, Athen u. a.
Vortrag

Vorgestellt werden die 7 wichtigsten antiken Großstädte, deren Rekonstruktion und Erforschung bildreich und verständlich den Teilnehmern erläutert wird. Basierend auf schriftlichen und archäologischen Quellen werden so neben Athen und Rom auch das westphönizische Karthago, Ephesos und Pergamon in Kleinasien, Alexandria in Ägypten sowie das sizilische Syrakus besprochen.
Für diesen Vortrag ist eine Anmeldung erforderlich.

D20540 10,– €
1 Abend, 2.10.2012
Di, 19:00 – 21:15 Uhr
Mario Becker M.A.

Antike Tempel und Heiligtümer

Vortrag

Der Vortrag behandelt die bedeutendsten griechischen und römischen Heiligtümer und Tempel und deren Geschichte. Die archäologische Erforschung und Rekonstruktion von Delphi, Olympia oder Dodona, des römischen Kapitols und der wichtigsten Tempel der Hauptstadt Rom gelingt durch das Heranziehen zahlreicher schriftlicher, archäologischer und sogar bildlicher Quellen.
Für diesen Vortrag ist eine Anmeldung erforderlich.

D20541 10,– €
1 Abend, 11.12.2012
Di, 19:00 – 21:15 Uhr
Mario Becker M.A.

Kultursommer Rheinland-Pfalz 2012

3. Kunst- und Literaturpfad Loreley

… und Wanderer zwischen fremden Welten – Mythos, Kunst und Glaube

Ein Streifzug über einen Kilometer Skulpturen und Installationen im Freien, die von Vergangenheit zeugen und bis hinein in die Verweltlichung unseres kulturell-gesellschaftlichen Gesamtgefüges reichen.
Die Konzeptkünstlerin Guda Koster (Amsterdam), der Typograf Albert Ernst (Wiesbaden) und sieben weitere Künstler/innen stellen aus.

Mai – Oktober 2012
Königsetappe des Rheinsteigs Loreley
www.kulturhof-blaues-land.de/h-klp.htm

Kultur und Kreativität

Kunst- und Kulturgeschichte

Kopfrechnen

Historische Methoden und ihre Leichtigkeit durch philosophische Hintergründe/Einführung

Einfache Prinzipien, die den Umgang mit Zahlen in neuem Licht erscheinen lassen stehen im Zentrum des Wochenendes. Interessant wird sein, Bezüge zu anderen Wissenschaften zu entdecken. Bestechend durch die Einfachheit der Verknüpfungswege wird auch der ästhetische Aspekt der Mathematik behandelt. Die Auswirkung auf das Rechnen ist geprägt von Freude und Erleichterung. Besonders beim Kopfrechnen erwartet Sie eine ungeahnte Leichtigkeit. Nutzen Sie die Gelegenheit, Mathematik mal von einer ungewohnten Perspektive aus kennen zu lernen.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Dieses Angebot wendet sich an alle Interessierten.
Bitte mitbringen: Papier/Heft und Buntstifte.

D20544 35,– €
1 Samstag, 15.9.2012
9:30 – 16:30 Uhr
Elisabeth H. Freund M.A.

Kopfrechnen

Für Fortgeschrittene

Sie haben die Einführung erlebt, inzwischen praktiziert und wollen mehr erfahren? Wir beschäftigen uns mit Subtraktion und Division sowie weiteren Erleichterungen bei Multiplikationsaufgaben. Das Kleine und Große 1 × 1 interessieren uns im Hinblick auf seine ihm innewohnende Rhythmik. Ihre Bedeutung bei Wachstumsprozessen in der Natur stellt Querverbindungen zu anderen Wissenschaften her und veranschaulicht die Aktualität.
Hoher Praxisanteil garantiert. Freuen Sie sich auf einen inspirierenden Tag!
Bitte mitbringen: Papier / Heft und Buntstifte.

D20545 35,– €
1 Sonntag, 7.10.2012
9:30 – 16:30 Uhr
Elisabeth H. Freund M.A.

– Beachten Sie bitte auch die Angebote von Elisabeth Freund in der Akademie für Ältere und im Fachbereich Gesellschaft, nähere Informationen Seite 8, sowie das Angebot »Lasst uns den Goldenen Schnitt entdecken« für Kinder und Jugendliche, Seite 160.

Die Berechnung des Glücks

Eine Reise in die Geschichte der Mathematik

Im 17. Jahrhundert in Frankreich: Ein Briefwechsel zwischen Pascal und Fermat, der nicht mal 3000 Wörter umfasst, legt den Grundstein für die Berechnung, mit der Ereignisse wahrscheinlich eintreten. Für uns ist das heutzutage eine Selbstverständlichkeit und hat einen festen Platz im alltäglichen Leben gefunden. Wir erleben es als normal und weniger sensationell. Versicherungs- und Kreditwesen, Wetterprognosen sowie demographische Voraussagen gründen auf diesen Erkenntnissen und ermöglichen es uns, uns darauf einzustellen. Auch für die Rechtsprechung ist sie unverzichtbarer Bestandteil geworden. Kommen Sie mit auf eine Reise zu den spannenden Anfängen dieser Entwicklung. Es gibt einen kurzen Exkurs zu Archimedes. Mathematische Kenntnisse sind nicht nötig, jedoch ein mögliches Ergebnis Ihres Besuches.
Für diese Veranstaltung ist eine Anmeldung erforderlich!

D20548 10,– €
1 Abend, 29.8.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Elisabeth H. Freund M.A.

Zum 60jährigen Jubiläum der Deutsch-Finnischen-Gesellschaft

Finnischer Abend

Schweden sind wir nicht,
Russen wollen wir nicht werden,
also lasst uns Finnen sein!
Vortrag Dr. Marketta Göbel-Uotila
Kultur & Kulinarik
Das Jahr 1809 begann für den Schwedenkönig Gustaf IV. Adolf in modisch kurzer Haartracht. Aber nicht nur die alten Zöpfe fielen, bald war der König auch seine Krone und einen Drittel seines Reiches los. Die sechs finnischen Ostprovinzen wechselten die Pferde auf dem Weg über Autonomie zur Selbstständigkeit. Ein genialer Streich oder ein blinder Zufall? Die PowerPoint-Präsentation fokussiert die historischen Ereignisse sowie die Gefühlslage der Finnen zwischen Ost und West.
Anmeldung erforderlich!
Preis inkl. Speisen und Getränken.

D20559 25,– €
1 Abend, 14.11.2012
Mi, 19:00 – 22:00 Uhr

– Beachten Sie bitte auch die Kurse für skandinavische Sprachen ab Seite 113.

Der Garten: ein kleines Paradies

Workshop und Exkursion

Kultur & Kulinarik
Für Absolventen des Kulturführerscheins Wiesbaden und alle, die diese Art des Erlebens mit allen Sinnen kennen lernen möchten.
Das Thema Garten fordert heraus zum Gestalten, Genießen, zum Schauen, Riechen, Anfassen, Probieren, aber auch zum Träumen, zum Blick in die Historie, zum Nachdenken und zum Kommunizieren. Dazu gibt es am Vormittag des 14.9. Zeit und vielfältige Anregungen. Wir holen den Garten zum Workshop ins Haus, dazu gehört auch ein Gartenimbiss. Eine Woche später, am 21.9. geht es nachmittags zur Exkursion in den Schlosspark Biebrich. Unter sachkundiger Führung erleben wir diesen im Stil eines englischen Landschaftsparks gestalteten »großen Garten der Biebricher«.

D20536 75,– €
Fr, 14.9.2012, 10:00 – 14:00 Uhr;
Fr, 21.9.2012, 15:00 – 17:00 Uhr
Inge Schmollinger-Bornemann,
Dr. Simone Husemann

Der Jemen und Sanaa

Kultur & Kulinarik
Der Jemen ist das Land der Königin von Saba, die Heimat des Kaffees mit der Hauptstadt Sanaa, einer der aufgrund ihrer orientalischen Architektur beeindruckendsten Städte, eine Stadt, die einem den Atem nimmt mit ihrer Einzigartigkeit. Entdecken sie die Schönheit des Landes und dieser Stadt mit ihrem Basar, den Märkten, den Palästen und bunten Fenstern. Und natürlich auch Schibam, die Hochhäuser in der Wüste, die aus Lehm gebaut werden, Oasen, Sommersitze und vieles andere mehr.
Lassen sie sich verzaubern von einem Land, das den Weg in die Moderne noch sucht, aber hoffentlich seine Wurzeln dabei nicht vergisst, und genießen Sie dazu landestypische Spezialitäten.
Preis inklusive Speisen und Getränken.

D20560 29,– €
1 Abend, 30.11.2012
Fr, 19:00 – 22:00 Uhr
Marion Befeld

Von der Lust am Essen

Showcooking mit kulturgeschichtlichen Betrachtungen

Kultur & Kulinarik
Der Meisterkoch Franz Keller und der Facharzt für Psychotherapeutische Medizin und gelernte Konditor Dr. med. R. Mathias Dunkel präsentieren das gute Essen als wichtigen Bestandteil der Lebenskunst: Mit freudevoller täglicher Bewegung und gutem Essen, vornehmlich viel Obst und Gemüse – nicht vegetarisch – kann man schlank bleiben oder werden. Franz Keller kredenzt eine leckere Gemüsesuppe und demonstriert, wie man mit dem Wok ein ebenso schnelles wie einfaches, gesundes und wohlschmeckendes Gemüsegericht zubereitet.
R. M. Dunkel breitet seine umfassenden Kenntnisse der Kulturgeschichte und der Psychosomatik des Essens aus.
Preis inklusive Speisen und Getränken.

D20570 29,– €
1 Abend, 17.10.2012
Mi, 19:00 – 22:00 Uhr
Dr. med. R. Mathias Dunkel,
Franz Keller

Un isolé

van Gogh und seine Kunst

Einen Einsamen, so nannte der französische Kunstkritiker Aurier den Maler kurz vor seinem tragischen Ende in einer ersten Würdigung. Bis zu seinem Tode hatte er nur ein einziges seiner vielen Bilder verkauft. Ohne die Hilfe seines Bruders Theo hätte er gar nicht überleben können. Heute gilt Vincent in der Kunst als einer der größten Maler von Weltgeltung. Wir haben in seinem Fall die einmalige Möglichkeit, dass wir durch den Briefwechsel mit Bruder Theo Vincents Kunst gleichsam im stadium nascendi erleben können, denn er beschrieb seinem Bruder fast jedes Bild, an dem er gerade arbeitete. Die Bilder und die Briefe dazu werden also die Grundlage unserer Beschäftigung mit dem Œuvre van Goghs sein.

D20650 6,00 Ustd. 29,– €
3 Abende, ab 20.11.2012
Di, 17:45 – 19:15 Uhr
Dr. Heinrich M. Buschbeck

Kunst des 20. Jahrhunderts (2) – Kubismus

Zwischen Tradition und Moderne entsteht am Anfang des 20. Jahrhunderts eine Vielfalt von neuen künstlerischen Strömungen. Fast zeitgleich erfinden Pablo Picasso (1881 – 1973) und George Braque (1882 – 1963) in Frankreich den Kubismus, eine von vielen parallelen Entwicklungen, denen die Tendenz zur Abstraktion gemeinsam ist. Im Gegensatz zur farbintensiven und ausdrucksstarken Bildwelt des Fauvismus und Expressionismus experimentieren die Kubisten mit der vielansichtigen Bildfigur, die sie in Prismen und Kuben auflösen. Die unterschiedlichen Ausprägungen des Kubismus, regionale Entwicklungen wie Futurismus und Orphismus, aber auch die kubistische Plastik wollen wir in diesem Kurs betrachten.

D20590 16,00 Ustd. 53,– €
8 Nachmittage, ab 1.10.2012
Mo, 16:00 – 17:30 Uhr
Christiane Mannheim, Kunsthistorikerin M.A. , Museumspädagogin

Atelierbesuch Renate Reifert

Die Orte des künstlerischen Schaffens öffnen sich naturgemäß nur selten den Besuchern, sind allerdings von Interesse – bieten sie doch Einblicke in Schaffensprozesse und machen mit den Grundgedanken, die diese beeinflussen, bekannt. Bei einem Atelierbesuch in den Arbeitsräumen von Renate Reifert können Sie sich über neueste Werkserien und Arbeitsschwerpunkte informieren, sich mit der Künstlerin über Farbtheorien und deren Anwendung austauschen. Ergänzend zu diesen theoretischen Elementen werden Sie Farbmaterie selbst herstellen. Außerdem wird mittels farbigen Lichts die Wirkung von Farbe erlebt und aufgezeigt. Über ihre künstlerische Arbeit hinaus ist sie Vorsitzende des Berufsverbandes Bildender Künstlerinnen und Künstler (BBK) und im Vorstand der Kunstarche, einer Institution, die sich um Künstlernachlässe kümmert. Ihre Werke befinden sich in zahlreichen privaten und öffentlichen Sammlungen – u.a. der Stadt Wiesbaden (Artothek).
Informationen über die Arbeit von Renate Reifert erhalten Sie auch über www.renate-reifert.de und www.kuenstler-in-wiesbaden.de
Das geräumige Atelier von Renate Reifert liegt in zentraler Lage in Biebrich. Mit den Buslinien 4, 14 und 3 ist es gut zu erreichen.
In Kooperation von Volkshochschule und Katholischer Erwachsenenbildung Wiesbaden.

D20600 25,– €
Atelier Renate Reifert
1 Nachmittag, 29.9.2012
Sa, 15:00 – 17:30 Uhr
Renate Reifert

Erklärt! Kunst in Wiesbaden: FLUXUS AT 50

2. Termin

»Fluxus« ist bekanntlich eine international relevante Kunstform, deren Ereignischarakter interdisziplinäre Elemente auf spielerische und spontane Weise integriert. Im Sommer 2012 kann die Fluxus-Bewegung ihren 50. Geburtstag feiern – und zwar in Wiesbaden, denn: Wiesbaden hat's erfunden! Kurz nachdem in New York erste Happenings die Kunstszene elektrisiert hatten, kam George Maciunas 1961 nach Wiesbaden und gründete hier die erste Fluxus-Gruppe. Ein Jahr später erlebte die europäische Fluxus-Bewegung ihre offizielle Premiere – mit den 14 so genannten Konzerten der Wiesbadener »Festspiele für Neueste Musik« im hiesigen Museum, an denen unter anderen Nam June Paik und Karlheinz Stockhausen teilnahmen. Weitere deutsche Städte und europäische Metropolen zogen nach. Ohne den seinerzeitigen Wiesbadener Fluxus-Aufbruch wäre die gegenwärtige internationale Kunstlandschaft weit weniger facettenreich. Und so ist es nur folgerichtig, dass Wiesbaden vom Juni bis zum September 2012 ein Festival veranstaltet, das viele Institutionen der Stadt und möglichst alle Bürger einbindet sowie ein attraktives Angebot nach außen darstellt. Der zweite Fluxus-Termin von Erklärt! ist den Ausstellungen aktueller Fluxus-Künstler/innen im Nassauischen Kunstverein und im Bellevue-Saal gewidmet.

D20630 17,– €
Treffpunkt:
Nassauischer Kunstverein
1 Nachmittag, 28.7.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg

Weiterbildungsangebot der Volkshochschule Wiesbaden e.V.

für Gästeführer/innen sowie alle Bürger, die sich für die Geschichte und Kultur Wiesbadens interessieren

Bitte beachten Sie auch die Veranstaltungen von Wiesbaden Marketing und Stadtmuseum Wiesbaden

»Guten Tag im Stadtarchiv!«
D12020V
Stadtarchiv Wiesbaden, Im Rad 42
1 Nachmittag, 4.9.2012
Di, 17:30 – 19:00 Uhr
Gerhard Klaiber Seite 11

Bücher und viel mehr – was bietet die Landesbibliothek?
C12022
Landesbibliothek Wiesbaden, Rheinstraße 55/57
verschiedene Termine
17:00 – 18:30 Uhr Seite 11

Wiesbaden – wie hast du dich verändert!
Power-Point-Vortrag von Georg Habs, Stadtarchiv
D12025V
1 Nachmittag, 31.10.2012
Mi, 16:00 – 17:30 Uhr
Georg Habs Seite 11

Der Garten: ein kleines Paradies – Kultur & Kulinarik –
Workshop und Exkursion in den Schlosspark Biebrich
D20536 75,– €
14.9.2012, 10:00 – 14:00 Uhr;
21.9.2012, 15:00 – 17:00 Uhr
Inge Schmollinger-Bornemann, Dr. Simone Husemann Seite 26

Erklärt! Kunst in Wiesbaden: FLUXUS AT 50
C20632 17,– €
Treffpunkt:
Foyer des Landesmuseums Wiesbaden
1 Nachmittag, 30.6.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg

2. Termin
D20630 17,– €
Treffpunkt: Nassauischer Kunstverein
1 Nachmittag, 28.7.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg Seite 27

Kunst after work… …in Wiesbadener Galerien!
D20641 15,– €
Treffpunkt: Vor Nassauischem Kunstverein, Wilhelmstr. 15
1 Nachmittag, 14.9.2012
Fr, 17:00 - 19:30 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg Seite 28

D20642 15,– €
Treffpunkt: Vor Nassauischem Kunstverein, Wilhelmstr. 15
1 Nachmittag, 2.11.2012
Fr, 17:00 – 19:30 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg Seite 28

Atelierbesuch Renate Reifert
D20600 25,– €
Atelier Renate Reifert, Breslauer Str. 9, 65203 Wiesbaden
1 Nachmittag, 29.9.2012
Sa, 15:00 – 17:30 Uhr
Renate Reifert Seite 27

Wiesbaden? Mit allen Sinnen! – Gemeinsame Unternehmungen für Frauen
D28675 59,– €
5 Abende, ab 22.8.2012
Mi, 17:00 – 19:30 Uhr
Regina Graminski Seite 47

Wiesbaden – und der Blick über den Fluss
Gemeinsame Unternehmungen für Frauen
D28676 59,– €
5 Abende, ab 10.10.2012
Mi, 17:00 – 19:30 Uhr
Regina Graminski Seite 47

Paul Bonatz in Wiesbaden – Architekturspaziergang durch die Henkell & Co. Sektkellerei KG
D27431 7,- €
1 Nachmittag, 19.10.2012
Fr, 14:00 – 16:00 Uhr Seite 47

Rhetorik im Beruf I
D60020B 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 30.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann Seite 69

Rhetorik im Beruf II
D60021B 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 14.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 15.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann Seite 69

– Bitte beachten Sie auch unser großes und vielfältiges Angebot an **Sprachkursen** von über dreißig Fremdsprachen und **Bildungsurlauben!**

Kultur und Kreativität

Kunst- und Kulturgeschichte, Theater

Erklärt!
Kunst in Wiesbaden – Friedrich Vordemberge-Gildewart

Ausstellungsführung mit Kaffeepause

Er gehörte zu den Pionieren des deutschen Konstruktivismus – Friedrich Vordemberge-Gildewart (1899 – 1962), dessen Todestag sich am 19. Dezember 2012 zum 50. Male jährt. Der Künstler, der als Mitglied der holländischen De-Stijl-Gruppe auch die Entdeckungen von Piet Mondrian und Theo van Doesburg in das eigene malerische Werk und in seine angewandten Entwürfe einbrachte, kann als einer der bedeutendsten Designer der deutschen Moderne bezeichnet werden. Seit 1997 befindet sich der Nachlass des Allround-Genies im Besitz des Wiesbadener Museums – was also konnte näher liegen, als aus aktuellem Anlass sämtliche Werkbereiche in einer Sonderschau zu präsentieren?
Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation von Landesmuseum Wiesbaden und Volkshochschule Wiesbaden e.V.
Der Eintritt ist im Preis inbegriffen. Der Verzehr in der Kaffeepause ist nicht im Preis enthalten.

D20631 17,– €
Treffpunkt: Foyer des Landesmuseums Wiesbaden
1 Nachmittag, 1.12.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg

Erklärt!
Kunst in Wiesbaden: Antonio Saura, Retrospektive

Ausstellungsführung mit Kaffeepause

Sein Werk ist emotional und expressiv und sein Schöpfer von internationalem Renommee und dabei selbstverständlich auch einer der wichtigsten Künstler Spaniens: Antonio Saura (1930 – 1998), dem das Wiesbadener Landesmuseum ab Ende November die erste Retrospektive in Deutschland widmet. Fasziniert von Joan Mirò und Yves Tanguy, begann Saura 17-jährig seine Auseinandersetzung mit der Malerei. Nach einer kurzen surrealistischen Phase wandte er sich ab Mitte der 50er Jahre dem Bildnis zu, um bald darauf auch seine Sicht auf die Themen »Akt und Landschaft« und »Masse Mensch« zu formulieren – Themen, die sein Arbeiten lebenslang geprägt haben. In Wiesbaden werden Hauptwerke seines Schaffens zu sehen sein, Zeichnungen ergänzen die 190 Arbeiten umfassende Schau, die in Zusammenarbeit mit dem Kunstmuseum Bern und der Genfer Stiftung »archives antonio saura« entstand.
Eine Veranstaltungsreihe in Kooperation von Landesmuseum Wiesbaden und Volkshochschule Wiesbaden e.V.
Der Eintritt ist im Preis inbegriffen. Der Verzehr in der Kaffeepause ist nicht im Preis enthalten.

E20630 17,– €
Treffpunkt: Foyer des Landesmuseums Wiesbaden
1 Nachmittag, 26.1.2013
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg

Kunst after work…

… in Wiesbadener Galerien!

Kunst kann man im Museum – aber auch in Wiesbadens interessanter Galerienlandschaft genießen! Galerien haben ihren eigenen Reiz. Sie bieten eigene Konzepte, die von den Vorlieben der Galerist/inn/en zeugen. Sie bieten hochaktuelle Kunst, die betrachtet werden darf und keinesfalls gekauft werden muss! Lassen Sie sich zum Kunstbummel einladen! In Fortführung der von Christine Rother aufgelegten Veranstaltung werden wir gemeinsam zwei bis drei Galerien besuchen, über die aktuellen Ausstellungen sprechen und mit der Galeristin oder dem Galeristen über seine Arbeit plaudern.

D20641 15,– €
Treffpunkt: Vor Nassauischem Kunstverein, Wilhelmstraße 15
1 Nachmittag, 14.9.2012
Fr, 17:00 – 19:30 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg

D20642 15,– €
Treffpunkt: Vor Nassauischem Kunstverein, Wilhelmstraße 15
1 Nachmittag, 2.11.2012
Fr, 17:00 – 19:30 Uhr
Dr. Ulrike Brandenburg

Bringen Sie für eventuelle Busfahrten bitte Ihre Teilnahmekarte mit!

Do you speak Art?

Do you want to brush up your English and at the same time enjoy some great masterpieces of art? Then this event is the thing you've always been waiting for.
We meet at the Städel Museum Frankfurt, where we'll take a closer look at a choice of outstanding paintings from more than five centuries. You need not be afraid, that your English is not fluent enough to participate in our discussion. If you see no other way to express what you wish to say you are allowed to switch over to German for a couple of sentences to make your point. Nobody is perfect!
Subject matter and artistic techniques of the paintings are examined, and we also take a brief glance at the movements in the history of art with which they are associated. At the end of our tour we may share a glass of wine or water together talking about our impressions in the museum.
Anmeldung bei der vhs erforderlich! Preis ohne Eintritt und Fahrt.

D20660 15,– €
Treffpunkt: Städel Museum Frankfurt a. M./Eingangsbereich
1 Nachmittag, 24.11.2012
Sa, 15:00 – 18:00 Uhr
Dr. Heinrich M. Buschbeck

Theater

Staatstheater intern

So ein Theater!

Wir lassen uns hinter die Kulissen blicken! In diesem Kurs erfahren Sie aus erster Hand alles über die aktuellen Inszenierungen am Staatstheater Wiesbaden. Die Dramaturg/inn/en des Hessischen Staatstheaters Wiesbaden plaudern mit Ihnen über Proben und Künstler, berichten von Autoren, Stücken und Projekten und diskutieren mit Ihnen über die gesehenen Inszenierungen. Zusätzlich zu den Theatervorstellungen wird Ihnen im Rahmen des Kurses der Besuch von Proben ermöglicht.
Die Themen der Sitzungen orientieren sich am Spielplan des Staatstheaters und können sich daher ggf. ändern.
Zur Teilnahmegebühr kommt der Preis für die Theaterkarten zum ermäßigten Gruppenpreis.

I. Schauspiel

6. September
»Frühlings Erwachen«
Eine Kindertragödie
von Frank Wedekind
Inszenierung: Tilman Gersch

4. Oktober
»Alle 16 Jahre im Sommer«
Von John von Düffel
Inszenierung: Tobias Materna

8. November
»Miß Sara Sampson«
Von Gotthold Ephraim Lessing
Inszenierung: Ricarda Beilharz

13. Dezember
»Drei Schwestern«
Von Anton Tschechow
Inszenierung: Markus Dietz

D20830 8,00 Ustd. 29,– €
4 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Anika Bárdos

II. Musiktheater

30. August
»Aida«
Oper von von Giuseppe Verdi
Inszenierung: Immo Karaman
Musikalische Leitung: Zsolt Hamar

27. September
»Die lustige Witwe«
Operette von Franz Léhar
Inszenierung: Iris Gerath-Prein
Musikalische Leitung: Wolfgang Wengenroth
Achtung: Dieser Termin findet im Staatstheater statt, Treffpunkt Künstlereingang

11. Oktober
Ballettabend »Made in Love«
Choreografien von Stephan Thoss und Giuseppe Spota

15. November
»Lucia di Lammermoor«
Oper von von Gaetano Donizetti
Inszenierung: Konstanze Lauterbach
Musikalische Leitung: Zsolt Hamar

D20840 8,00 Ustd. 29,– €
4 Abende, ab 30.8.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Karin Dietrich

Spielzeit!

Die ersten Premieren der neuen Spielzeit 2012/2013:

Aida
Oper in vier Akten von **Giuseppe Verdi**
Musikalische Leitung **Zsolt Hamar**
Inszenierung **Immo Karaman**
Premiere 8. September 2012 Großes Haus

Frühlings Erwachen
Eine Kindertragödie von **Frank Wedekind**
Inszenierung **Tilman Gersch**
Premiere 22. September 2012 Großes Haus

Alle sechzehn Jahre im Sommer
Trilogie des veränderten Lebens
Schauspiel von **John von Düffel**
Inszenierung **Tobias Materna**
Premiere 21. September 2012 Kleines Haus

Die lustige Witwe
Operette in drei Akten von **Franz Lehár**
Musikalische Leitung **Wolfgang Wengenroth**
Inszenierung **Iris Gerath-Prein**
Premiere 6. Oktober 2012 Großes Haus

Miß Sara Sampson
Ein bürgerliches Trauerspiel in fünf Aufzügen von **Gotthold Ephraim Lessing**
Inszenierung **Ricarda Beilharz**
Premiere 5. Oktober 2012 Kleines Haus

Ballett

Made in Love
Ballettabend mit Uraufführungen von **Stephan Thoss** und **Giuseppe Spota**
Premiere 27. Oktober 2012 Großes Haus

Junges Staatstheater

Candide oder der Optimismus 12+
Ein Roadtrip auf der Suche nach der besten aller Welten nach **Voltaire**
Inszenierung **Isabel Osthues**
Premiere 15. September 2012 Studio

jugend-club-theater

Hair
Buch und Texte von **Gerome Ragni** und **James Rado** Musik von **Galt MacDermot**
Musikalische Leitung
Frank Bangert, Andreas Karthäuser
Inszenierung und Choreografie **Iris Limbarth**
Premiere 30. August 2012 Kleines Haus

Theaterfest
Zur Eröffnung der Spielzeit 2012/13
Samstag, 1. September 2012
Ab 14 Uhr, Eintritt frei

Foto: Martin Kaufhold

Anzeige

Abobüro 0611 . 132 340 Karten 0611 . 132 325
Hessisches Staatstheater Wiesbaden // Spielzeit 2012/2013 // Intendant: Dr. Manfred Beilharz

www.staatstheater-wiesbaden.de

Theater-, Regie- und Schauspieltruppe TRUST:

TRUST Shakespeare!

Die Theater-, Regie- und Schauspieltruppe TRUST geht mit Verve an die Proben zu Shakespeares Komödie »Was Ihr wollt oder die 12te Nacht«. Aus der spielerischen Auseinandersetzung mit Shakespeares Wort und Werk wollen wir eine spritzige, nachdenkliche, tragische, komödiantische Bühnenarbeit entwickeln, die sowohl unsere Vorstellungen vom elisabethanischen Theater einschließt als auch später dem Publikum die Scheu vor dem größten aller Dramatiker nimmt und ihnen die Schönheit des Werkes erschließt. In Teamarbeit und mit viel Spaß werden wir uns Shakespeares Sprache und Lieder zu Eigen zu machen und sie in vierzehntägigen Treffen – und/oder nach künstlerischem Bedarf – zu einem spielbaren Stück zusammenfügen.
Dazu kann und soll jeder seine Ideen und Talente einbringen und (neu) entdecken – ganz gleich ob das Interesse des Teilnehmers im Schreiben oder vor, auf und hinter der Bühne liegt. Immer unter dem Motto: Niemand von uns kann alles – aber wir trauen uns zu, uns alles zu trauen!
Da die Vorstellungen als Kooperation zwischen der vhs und dem Nachbarschaftshaus Biebrich geplant sind, finden die drei Aufführungen von »Was ihr wollt« vom 1. bis 3.3.2013 in der Rathausstraße10, in Wiesbaden-Biebrich statt.

D20850 33,– €
Termine:
jeweils Freitag, 19:00 – 22:00 Uhr:
7.9., 21.9., 5.10., 2.11., 16.11., 30.11. 14.12.2012
Ute Mügge-Lauterbach, M.A.

Stimme – Ausstrahlung – Ausdruck

Stimmbildung für Bühne und Alltag

Sie möchten mit Ihrer Stimme freudvoll und kompetent umgehen? Wenn die Stimme gut funktioniert, wird das Sprechen müheloser und wir gewinnen an Präsenz. In diesem Seminar erleben Sie Schritt für Schritt das Potential Ihrer Stimme. Die Themen Körperspannung, Stimmklang, Volumen, Atmung, Artikulation, Modulation, Tragfähigkeit, Präsenz, Stimmlage, Ausdruck, Interpretation werden in ihrer Wechselwirkung erlebbar. Denn: Unsere Stimme ist mit dem gesamten Organismus verbunden. Bitte bringen Sie einen Text Ihrer Wahl mit, der für Ihr Anliegen typisch ist.
www.klang-und-praesenz.de
Lockere Trainingskleidung, warme Socken und eine Decke bitte mitbringen.

D20860 45,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 10:00 – 16:00 Uhr
Susanne Schwarz, Stimmpädagogin, Regisseurin

Die vitale Stimme

D83130 8,00 Ustd. 45,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Susanne Schwarz
Nähere Informationen auf Seite 134.

Ich will Schauspieler werden!

Davon träumt Nina in der »Möwe« von Tschechow. Ob wir das auch alle wollen, oder uns einfach mit viel Spaß in die zentralen Aspekte dieser Kunst stürzen möchten, sei dahin gestellt. In diesem Kurs geht es um die Grundlagen des Theaterspielens, z. B. Stimm-, Atem-, Körper- und Bühnenpräsenzübungen und die Arbeit an der Rolle. Ob Theatercrack oder totaler Anfänger- diese herausfordernden Basisübungen helfen jedem, seine schauspielerischen Fähigkeiten zu verbessern.
Wir arbeiten an folgenden Schwerpunkten:
– Innerlichkeit/Wahrhaftigkeit
– Gefühle re/produzieren
– Sich einlassen
– Partnerwahrnehmung/Zuhören
– Präsenz und Körperbewusstsein
– Stimme
Gegen Ende werden wir uns auch an konkrete Szenen wagen.
Eine »Werkschau« im Familien- und Freundeskreis als Abschluss ist möglich. Zu den wöchentlichen Terminen kommt ein Blocktermin (wahrscheinlich Samstag), der im Kurs vereinbart wird.
Die Kursleiterin war über mehrere Jahre Ensemblemitglied an unterschiedlichen Stadttheatern und arbeitet jetzt freiberuflich.

D20870 32,00 Ustd. 115,– €
12 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 19:45 – 21:15 Uhr
Angela Eickhoff

Schlag nach bei Shakespeare…

…oder Schiller, Rilke, Ringelnatz, Luther

Texte präsentieren
»Du wirst Eindruck schinden, zitierst du kess Aeschylos und Euripides.« Das wusste schon Cole Porter. Aber wie rezitiert man Gedichte und Texte tatsächlich so »kess«, dass sie Eindruck beim Zuhörer machen? Dieses Blockseminar richtet sich an alle, die immer schon mal wissen wollten, wie man einen Text zum Leben erweckt, dass er ein Genuss für den Zuhörer wird. Dabei befassen wir uns inhaltlich und gestalterisch mit unterschiedlichen Textarten. Mitgebrachte Lieblingsstücke sind sehr erwünscht.
Nach erfolgreicher Arbeit tragen wir uns unsere Favoriten in festlicher Stimmung bei Kerzenlicht vor.

D20871 45,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Angela Eickhoff

Grundlagen des Schauspielens

für Anfänger

Wochenendworkshop
Zunächst trainieren wir handwerkliche Grundlagen: Stimmbildung, Erweiterung der Atemräume, emotionaler Ausdruck, Verkörperung von Gefühlen und vieles mehr. Schwerpunkt des Workshops sind Partner-Improvisationen, bei denen wir spielerisch in Alltagssituationen eintauchen wie z. B: »Party morgens um halb drei«. Mit den bisherigen Spielerfahrungen werden wir kleine Szenen erarbeiten, mal mit, mal ohne vorgegebenen Text. Der Dozent ist Schauspieler und Regisseur des Theaterensembles »Voila«. www.voila-ensemble.de
Bitte lockere Kleidung mitbringen.

D20875 68,– €
1 Wochenende
Sa, 29.9.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 30.9.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Alexander Bussmann

Geschichten erzählen auf der Bühne

Ein Kreativ-Workshop am Wochenende

In diesem Workshop lade ich Sie dazu ein, ihr Phantasie-Potential zu entdecken und darstellerisch umzusetzen. Zunächst spielen Sie mit frei erfundenen oder auch vorgegebenen Wörtern und Sätzen, entwickeln daraus Dialoge und kleine Szenen. Entweder mit ihrem Körper (pantomimisch), mit einem Gegenstand, oder rein verbal erzählen sie allein oder in der Gruppe zu einem x-beliebigen Thema eine Geschichte, die überall stattfinden kann: in einem Dixi-Klo oder im 355. Stock eines Wolkenkratzers. Lassen Sie sich von ihrem Kreativ-Potential überraschen! Der Dozent ist Schauspieler und Regisseur des Theaterensembles »Voila«. www.voila-ensemble.de
Bitte lockere Kleidung mitbringen.

D20876 68,– €
1 Wochenende
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 18.11.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Alexander Bussmann

Lok auf zwei Beinen

Impro-Theater-Workshop für Anfänger

Bernhard Mohr und Referenten, Subitotheater
Diese junge, dynamische Theaterform, die man mittlerweile auch aus dem TV kennt, wird immer beliebter. Vor allem auch als Theater unerfahrener Laie, lernt man hier sehr schnell, seine eigene Kreativität, Spontaneität und Präsenz zu erweitern. Und zu allem Überfluss machen die Übungen und Spiele auch noch enorm viel Spaß. »Noch nie so viel gelacht« ist die Aussage vieler ehemaliger Impro-Teilnehmer. Die Spiele und Übungen vermitteln ein bejahendes, positives Lebensgefühl, den Mut Fehler zu machen und verbessern Auftreten, Ausstrahlung und Präsenz. Parameter, die im privaten, wie auch im beruflichen Leben eine nicht unerhebliche Rolle spielen. Geleitet wird der Kurs vom Mitbegründer des SUBITO! Improvisationstheaters Bernhard Mohr. Er ist ausgebildeter Schauspieler mit Diplom, Regisseur und Produzent und seit nunmehr 30 Jahren auf den Bühnen der Welt unterwegs.
Info: www.subitotheater.de, www.pegasustheater.de

D20910 21,33 Ustd. 89,– €
8 Abende, ab 4.9.2012
Di, 19:00 – 21:00 Uhr

Clown-Doktoren

Von der Lust am Scheitern und Lachen

Wochenendworkshop für Anfänger und Fortgeschrittene
Ein Clown folgt immer der eigenen (roten) Nase. Es ist ein Individualist mit starkem Sinn für Verantwortung, improvisiert fortwährend und entdeckt erst beim Tun den roten Faden der – hoffentlich dann alles zusammenhält. Das erfordert die Bereitschaft zum Scheitern, denn ohne Tiefpunkte gibt es keine Höhepunkte. Mit viel spielerischem Raum, Körperübungen und Spaß den eigenen Clowns-Charakter kennenlernen. Mit einfachen Übungen vorbereiten und dann auf der Bühne mit der eigenen Haut erfahren, warum man über die beliebten Spaßmacher manchmal so gerne lacht.
Wolfgang Vielsack alias Dr. Hugo Schnipsel arbeitet schon seit 13 Jahren in Kinderkrankenhäusern und Seniorenheimen als Clowndoktor. Seit 7 Jahren leitet er das kuenstlerhaus43, inszeniert, spielt und unterrichtet.
Weitere Informationen:
www.kuenstlerhaus43.de
Bitte bequeme Kleidung, eine rote Nase und eine Requisite mitbringen.
D20941 55,– €
kuenstlerhaus43,
Obere Webergasse 43
1 Wochenende
Sa, 25.8.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 26.8.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Wolfgang Vielsack

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Improvisationstheater

Wochenendworkshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Schauspielen, in eine andere Rolle schlüpfen und dabei manchmal nicht einmal zu ahnen was kommt. Für viele ist es das Schlimmste, was sie sich vorstellen können. Für andere ist es die eigentliche Herausforderung des Lebens.
Das freie Spiel des Improvisationstheaters gibt die Möglichkeit Neues auszuprobieren, seine Grenzen zu erweitern und Erfahrungen zu sammeln – auf der Bühne, fürs Leben oder für den Beruf zu lernen und dabei noch viel Spaß zu haben.
Mitzubringen sind Lust auf Begegnungen einer besonderen Art und bequeme Kleidung.
Der erfahrene Schauspieler, Clown-Doktor und Regisseur Wolfgang Vielsack verbindet in diesem Workshop viele Elemente des traditionellen Theaters mit denen des Improtheaters.
Weitere Informationen:
www.kuenstlerhaus43.de
D20945 55,– €
kuenstlerhaus43,
Obere Webergasse 43
1 Wochenende
Sa, 1.9.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 2.9.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Wolfgang Vielsack

Malen und Zeichnen

Zeichnen am frühen Abend

Anfänger und Fortgeschrittene

Zeichnen ermöglicht das Sichtbarmachen von Ideen. Sie erlernen oder vertiefen die Skizziertechnik sowie die Grundlagen der klassischen Zeichnung und setzen sie in eigene Arbeiten um. »Die Zeichnung bringt uns in eine andere, tiefere und umfassendere Beziehung zum Gegenstand … Zeichnen stillt den Hunger, die Sehnsucht nach einer aktiven, lebendigen Beziehung zu den Dingen, die wir sehen und verstehen wollen.« (Robert Hughes)
www.miriam-roesch.de
Bitte zum ersten Abend mitbringen: Zeichenpapier DIN A3 und Bleistift, eventuell vorhandene Zeichengeräte.
D21010 17,78 Ustd. 62,– €
10 Abende, ab 27.8.2012
Mo, 18:00 – 19:20 Uhr
Miriam Hartmann-Rösch

Gegenständliches Zeichnen

Anfänger und Fortgeschrittene

Zeichnen lernen, wenn Sie glauben, keinerlei Begabung zu haben, einen Neuanfang wagen wollen oder die Motivation durch Gleichgesinnte schätzen. Systematisch werden die zeichnerischen Grundlagen wie Linie, Schraffur, Plastizität, Form, Proportion, Perspektive und Komposition erarbeitet. Darüber hinaus bedeutet zeichnen lernen, die eigene Kreativität zu entdecken, bewusst sehen zu lernen, sich auf ungewöhnliche Wege einzulassen, Ruhe, Begeisterung, Spaß und endlos viele Skizzen zu produzieren. Einfache Übungen bis hin zu komplexen Darstellungen werden Ihre zeichnerischen Fähigkeiten verbessern.
Bitte am ersten Abend mitbringen: Zeichenpapier DIN A4, Bleistifte, Spitzer.
D21020 30,00 Ustd. 95,– €
10 Abende, ab 20.8.2012
Mo, 18:00 – 20:15 Uhr
Christine Kaiser

Zeichnen

Anfänger und Fortgeschrittene

Zeichnen lernen, wenn Sie glauben, keinerlei Begabung zu haben, einen Neuanfang wagen wollen oder die Motivation durch Gleichgesinnte schätzen. Systematisch werden die zeichnerischen Grundlagen wie Linie, Schraffur, Plastizität, Form, Proportion, Perspektive und Komposition erarbeitet. Darüber hinaus bedeutet zeichnen lernen, die eigene Kreativität zu entdecken, bewusst sehen zu lernen, sich auf ungewöhnliche Wege einzulassen, Ruhe, Begeisterung, Spaß und endlos viele Skizzen zu produzieren. Einfache Übungen bis hin zu komplexen Darstellungen werden Ihre zeichnerischen Fähigkeiten verbessern.
Dieser Kurs findet 14-täglich statt!
Bitte zum ersten Termin mitbringen: Zeichenpapier DIN A 4, Bleistifte, Spitzer.
D21060 32,00 Ustd. 105,– €
8 Vormittage, ab 27.8.2012
Mo, 9:00 – 12:00 Uhr
Christine Kaiser

Anzeige
Pinsel
Kreiden
Papiere
Zeichenbedarf
Bastelmaterial
Künstlerzubehör
Staffeleien u. Keilrahmen
Farben von Schmincke u. Artcolor
Vowinckel
BASTLERBEDARF
ZUM SELBERMACHEN GMBH
65185 Wiesbaden
Dotzheimer Str. 20
Telefon (0611) 37 19 38
http://www.vowinckel.de

Kultur und Kreativität

Malen und Zeichnen

Zeichnen lernen wie die Profis 1

Intensivkurs für verblüffend genaues Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene
Zeichnen lernen heißt sehen lernen. Schritt für Schritt lernen wir das genaue Umsetzen von Gegenständen in eine Zeichnung, so dass es proportionstreu, realistisch und plastisch wirkt. Wir beginnen mit einfachen Übungen, die auch ein zeichnerischer Anfänger umsetzen kann. Individuell nach den jeweiligen Fähigkeiten werden die Übungen verfeinert.
Zum ersten Termin bitte nur vorhandenes Material mitbringen: Bleistift(e) und Block oder Papier (DIN A3 oder A2).
D21061 22,00 Ustd. 75,– €
8 Nachmittage, ab 7.9.2012
Fr, 14:00 – 16:00 Uhr
Axel Himburg

Zeichnen lernen wie die Profis 2

Intensivkurs für einen kreativen, ausdrucksstarken Zeichenstil für Anfänger und Fortgeschrittene
Ziel ist es, einen originellen, individuellen Zeichenstil zu finden, zu erfahren, was alles Zeichnen sein kann. Experimentelles Freihandzeichnen; neben dem Beherrschen der Proportionen braucht eine gute Zeichnung einen stilistischen Ausdruck. Das wird in diesem Kurs erforscht. In lockeren experimentellen Übungen können die Teilnehmer/innen neue, eigene Wege der Darstellung ausprobieren und einen individuellen Zeichenstil entwickeln.
Bitte mitbringen: Bleistift und Zeichenpapier. Alles weitere wird am ersten Termin besprochen.
D21062 16,00 Ustd. 65,– €
6 Nachmittage, ab 16.11.2012
Fr, 14:00 – 16:00 Uhr
Axel Himburg

Zeichnen lernen ohne Talent!

Dieser Zeichenkurs ist für all diejenigen, die glauben, dass sie kein Talent haben. Es stimmt zwar, dass längst nicht jeder Mensch zeichnen kann, aber jeder kann es lernen! In diesem Kurs sind keinerlei Vorkenntnisse nötig. Ziel ist, in kleinen, einfachen Schritten zeichnen zu lernen. Und wer den Anleitungen folgt, merkt plötzlich überrascht: Es wird immer besser. Die teils konzentrierten, teils spielerischen Übungen werden ergänzt durch Bildbesprechungen und theoretische Betrachtungen über die vielen Möglichkeiten zu zeichnen.
Für die ersten Lernerfolge genügen Bleistift, Papier, gute Laune und die Bereitschaft zum Üben.
Bitte mitbringen: mindestens: Bleistift und Zeichenpapier; ideal: Bleistift 2B, 7B, Spitzer, Radiergummi, günstiges Zeichenpapier: DIN A2, schwarze Pitt-Kreide, 3 Pastellkreiden (Farbe nach Wahl), dünner Holzstab ca. 30cm.
D21064 24,00 Ustd. 95,– €
6 Vormittage, ab 4.9.2012
Di, 10:00 – 13:00 Uhr
Axel Himburg

D21065 95,– €
1 Wochenende
Do, 6.9.2012, 19:00 – 20:30 Uhr
Sa, 8.9.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
So, 9.9.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
Axel Himburg

D21066 24,00 Ustd. 95,– €
6 Vormittage, ab 30.10.2012
Di, 10:00 – 13:00 Uhr
Axel Himburg

Portrait Nesrin Schlempp-Ülker

Diplom-Designerin, arbeitet als freie Illustratorin. Nach dem Kommunikationsdesign-Studium an der Fachhochschule Wiesbaden lehrt sie seit über 20 Jahren an der Fachhochschule / Hochschule RheinMain in Wiesbaden. Sie ist Co-Autorin des Entwurfshandbuches »Ideen visualisieren« (Verlag Hermann Schmidt Mainz, 1998). Darüber hinaus hat sie an Mode-Entwurfs-Workshops an der Designschule Palma de Mallorca und an der Anadolu-Universität in der Türkei mitgewirkt.

Ihre Mode-Seminare an der Volkshochschule Wiesbaden sind für Anfänger, (Wieder-) Einsteiger oder am Modestudium Interessierte geeignet – für alle, die Freude haben, das Gelernte mit Spaß und Leichtigkeit umzusetzen!
Ihre Manga-Zeichenkurse »Manga-Zeichnen für junge Einsteiger« sowie »Manga und Mode« richten sich an unsere jungen Teilnehmer/innen.

– Beachten Sie bitte auch das Angebot von Nesrin Schlempp-Ülker »Manga-Zeichnen für junge Einsteiger« für Kinder und Jugendliche von 8 bis 14 Jahren, Seite 161.

Modezeichnen – leicht gemacht

für Anfänger und Fortgeschrittene ab 15 Jahren
Dieses Lehr- und Fachseminar mit Schritt für Schritt-Anleitungen und vielen zeichnerischen Beispielen, ist für diejenigen geeignet, die sich mit den Grundlagen des Modezeichnens vertraut machen und diese vertiefen wollen. Ziel: Sich auf das Wesentliche und Typische des Modezeichnens zu konzentrieren, die Proportionen zu erlernen und diese mit sicheren und ästhetischen Strichen und Farben umzusetzen.
Bitte mitbringen: Bleistift 7B oder 8B, Schwan Stabilo Carbothello schwarz, vorhandene Pastellstifte (fehlende kann man im Kurs erhalten); Buntstifte. Layoutheft DIN A4, Edding 1255 und Calligraphy Pen 2.0 können bei der Kursleiterin günstig erworben werden.
D21092 65,– €
2 Samstage, ab 6.10.2012
Sa, 10:00 – 16:00 Uhr
Nesrin Schlempp-Ülker

Einführung in die vergnügliche Kunst des Karikierens

Genau hinschauen und spielerisch umsetzen
Wichtige Grundlage für jede gute Karikatur ist der sichere Blick für die charakteristischen Merkmale einer Person. In diesem Kurs schulen wir unsere Wahrnehmung und lernen, das Gesehene vereinfacht und prägnant zeichnerisch umzusetzen. Sie werden durch individuelle Beratung spielerisch zu humorvollen Zeichnungen angeregt. Dazu benötigen Sie keine speziellen Vorkenntnisse außer der Freude am Zeichnen und Beobachten.
Bitte mitbringen: Zeichenpapier A4, ein Paket Kopierpapier, Pergamentpapier (billiger: Butterbrotpapier), kleiner Skizzenblock A5 oder A4, weiche Bleistifte, Grafitstifte oder Zeichenkohle, Farben und/oder mittlere und dicke Filz- und Bleistifte oder Grafit, kleiner Taschenspiegel, (Knet-) Radiergummi.
D21151 65,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 9.12.2012, 10:00 – 15:00 Uhr
Petra Kaster

Ideoplastisches Zeichnen – Entwurfs-Zeichnen

Sie haben gestalterische oder technisch-konstruktive Ideen und möchten diese in Skizzenform zeichnerisch festhalten? Das können auch Sie! Im Beruf, im Studium oder in der Freizeit. Als Diskussionsgrundlage im Team, als Vorschlag für Ihre Kunden oder als gedankliche Stütze für Sie selbst. Der Kurs richtet sich an Studienbewerber aus den Bereichen Design und Architektur / Innenarchitektur, gestaltende und technisch-konstruktive Handwerker, Techniker, Ingenieure, Konstrukteure, kreative Heimwerker oder wer immer Freude am Skizzieren eigener Ideen hat.
Angefangen von einfachen Strichübungen lernen Sie Stufe für Stufe komplexe Freihandperspektiven zu erstellen. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, Ihre schöpferischen Absichten und deren formale und funktionale Eigenschaften für sich und Andere in ersten Ideenskizzen sichtbar und verständlich zu machen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte zur 1. Sitzung mitbringen: harten und weichen Bleistift (z. B.: H und 2B) und Spitzer.
D21160 18,00 Ustd. 59,– €
6 Abende, ab 19.9.2012
Mi, 19:45 – 22:00 Uhr
Christian Trebus, Dipl.-Designer, CAD-Konstrukteur

Malen und Zeichnen

Anfänger und Fortgeschrittene
»Der erste Strich ist der schwierigste!« In diesem Kurs sollen das Selbstvertrauen gestärkt, das richtige Sehen geschult und ein harmonisches Farbempfinden trainiert werden. Grundbegriffe der Farbenlehre und des Zeichnens werden erörtert und je nach Technik (Bleistift, Kohle, Buntstift, Acryl, Pastellkreide, Ölkreide, Aquarell) angewandt. Ziel ist das kreative, persönliche Umsetzen von Stillleben, Landschaft, Architektur und Lebewesen.
Materialkosten von 30,– € bitte am ersten Kurstag an die Kursleiterin zahlen.
www.raabe-lindenblatt.de
D21190 24,00 Ustd. 86,– €
8 Abende, ab 14.8.2012
Di, 17:30 – 19:45 Uhr
Eva Raabe-Lindenblatt

D21195 24,00 Ustd. 86,– €
8 Abende, ab 30.10.2012
Di, 17:30 – 19:45 Uhr
Eva Raabe-Lindenblatt

Offene Mal- und Zeichenwerkstatt

Zeichnen, Malen, Experimentieren… Sie können ihre eigenen Projekte in der von Ihnen gewünschten Technik bearbeiten, dabei Anregung und fachlichen Rat bei der Kursleiterin bekommen. Auch der Austausch mit anderen Teilnehmer/inne/n der Gruppe ist eine gute Möglichkeit, weiterzukommen. Auf Wunsch gibt es Tipps zu möglichen Themen, Vorlagen für Motive und Einführung in die verschiedenen Arbeitsweisen: z. B. Skizziertechniken für Analyse und Komposition, freie oder detailgetreue Methoden der Motivübertragung und des Bildaufbaus, Strategien zur Entwicklung einer eigenen künstlerischen Handschrift. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet; Sie werden individuell betreut. Bitte beachten Sie: wir arbeiten nur mit lösemittelarmen Techniken; keine Ölfarben.
Materialliste und Besprechung in der ersten Unterrichtsstunde.
www.miriam-roesch.de

D21197 26,67 Ustd. 90,– €
10 Abende, ab 27.8.2012
Mo, 19:30 – 21:30 Uhr
Miriam Hartmann-Rösch

Rund um Wiesbaden – Malen und Zeichnen unterwegs

Sommerferienworkshop (für Erwachsene)

Wir zeichnen und malen im Freien, vorzugsweise in Aquarell, Pastell etc. Dabei geht es um eine direkte Auseinandersetzung mit der Natur, idyllischen Orten und Landschaften rund um Wiesbaden. Bei »schlechtem« Wetter arbeiten wir in einem wettergeschützten Raum, wie z. B. dem Kurhaus oder Bahnhof. Es steht uns auch ein Kunstraum in der Villa Schnitzler zur Verfügung, um Skizzen und Entwürfe weiter zu bearbeiten.
Erstes Treffen in der Villa Schnitzler: Mo, 2.7.2012, 9:00 Uhr.
Material bitte mitbringen (Sitzgelegenheit, Wasser, Farben, Stifte, Papier, Unterlagen, ggf. Wanderstaffelei).

D21206 20,00 Ustd. 72,– €
5 Vormittage, ab 2.7.2012
Mo-Fr, 9:00 – 12:00 Uhr
Christine Kaiser

Aktzeichnen

Intensivwochenende für Anfänger und Fortgeschrittene

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das »Bewusste Sehen«. Das lernen wir am besten am lebenden Modell (1. Tag männliches, 2. Tag weibliches Modell). Sehr schnelle Skizzen, Bewegungsstudien und blindes Zeichnen helfen uns, Blockaden zu überwinden und in unseren ganz eigenen Zeichenstil hinein zu finden. Das intensive Zeichentraining, an zwei aufeinander folgenden Tagen, führt zu sehr guten Ergebnissen. Bitte bringen sie eine Menge Papier (Mindestformat DIN A2), persönlich bevorzugtes Material und sehr viel Lust zum Zeichnen und Experimentieren mit.

D21215 65,– €
1 Wochenende
Sa, 29.9.2012, 13:30 – 17:30 Uhr
So, 30.9.2012, 9:30 – 13:30 Uhr
Veronika Fass

Aktzeichnen und -malen

Anfänger und Fortgeschrittene

Vom Körperumriss her erarbeiten wir uns die Proportionen des Körpers in verschiedenen Stellungen und Bewegungen bis hin zu Bewegungsabläufen.
Bitte mitbringen: Reichlich Papier DIN A3 bzw. A2, auch andere Formate, Bleistifte, Farbstifte, Kohle, Kreide (Öl- oder Pastell-), Fixativ und Klebstreifen. Geübte Maler können auch Aquarellzubehör mitbringen.

D21220 45,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 10:00 – 17:30 Uhr
Isanna von Perbandt

Aktmalen

Einsteiger und Fortgeschrittene

Dieses Seminar richtet sich an alle, die sich Aspekte der Aktdarstellung nach dem lebenden Modell erarbeiten wollen. Der Körper kann in persönlicher Farbmischung gestaltet und in die Gesamtkomposition des Bildes integriert werden. Es geht ebenso um den Prozess, in dem sich die Form aus der Farbfläche entwickelt.
Uns interessiert die Aussicht auf freie Farbstrategien, denn es geht um die Umsetzung der Figur im Gemälde.
Bitte mitbringen: Pinsel unterschiedlicher Stärken; Kreiden; Leinwand oder Karton versch. Größen; Palette; mindestens folgende Acrylfarben: rot, blau, gelb, grün, ocker, braun, weiß und schwarz.

D21221 105,– €
8 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 19:15 – 21:15 Uhr
Angelika Dautzenberg

– Beachten Sie bitte auch das Angebot von Angelika Dautzenberg »Malen auf Staffeleien« für Kinder und Jugendliche von 7 bis 13 Jahren, Seite 161.

Aktzeichnen

Figürliches Zeichnen nach dem Modell
Anfänger und Fortgeschrittene

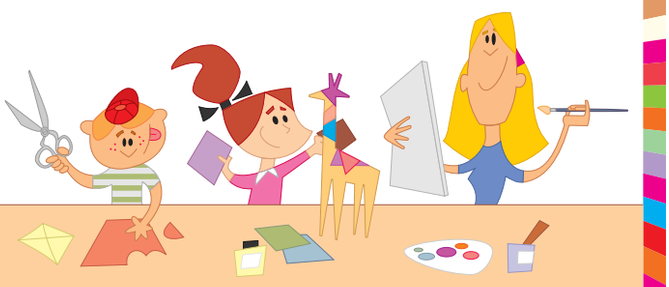
Diese Zeichenkurse richten sich sowohl an Teilnehmer/innen die ein künstlerisches Studium beabsichtigen als auch an Hobby-Zeichner/innen, Anfänger und Fortgeschrittene. Ziel der Kurse ist, zu lernen, die Proportionen richtig zu erfassen, und die Entwicklung eines guten zeichnerischen Stils. Hierzu ergänzen spielerische und experimentelle Zeichenübungen die eigentlichen Aktskizzen. Viele kurze Skizzen und häufige Bildbesprechungen und Korrekturen kommen sowohl einer akademischen Aktdarstellung als auch dem künstlerischen Ausdruck zugute.
Bitte mitbringen: Bleistift und Zeichenpapier. Alles weitere wird am ersten Abend besprochen.

D21225 21,00 Ustd. 95,– €
8 Abende, ab 7.9.2012
Fr, 16:00 – 18:00 Uhr
Axel Himburg

D21230 21,00 Ustd. 95,– €
8 Abende, ab 7.9.2012
Fr, 18:00 – 20:00 Uhr
Axel Himburg

D21235 16,00 Ustd. 72,– €
6 Abende, ab 16.11.2012
Fr, 16:00 – 18:00 Uhr
Axel Himburg

D21236 16,00 Ustd. 72,– €
6 Abende, ab 16.11.2012
Fr, 18:00 – 20:00 Uhr
Axel Himburg

Anzeige
25.000 Hobby-, Künstler- und Bastelartikel auf 950 m²
idee. ist farbe. papier. pinsel. filz. knete. glitter. keilrahmen. blöcke. stempel. stanzer. klebstoff. stifte. band. perlen. fotokarton. ideen...

Mo – Sa 10 – 19 Uhr geöffnet
Dern'sche Höfe
Mauergasse 2 – 8
65183 Wiesbaden
t 0611 . 17 25 09 75
www.idee-shop.de
idee.
der creativmarkt

Kultur und Kreativität

Malen und Zeichnen

Das Porträt
Anfänger und Fortgeschrittene
Ein Porträt nach der Natur zu erfassen, seine Anatomie und die sich daraus ableitenden Proportionen zu erkennen, das Gesehene mit den verschiedenen Techniken in eine Zeichnung oder ein Bild umzusetzen, ist die Zielsetzung des Kurses. Die Figur wird mit einbezogen. Die Möglichkeiten der verschiedenen Techniken wie Bleistift, Kohle, Aquarell, Pastell, Acryl können erprobt und vertieft werden.
Anfänger bitte mitbringen: 2 oder 3 weiche Bleistifte, Zeichenpapier DIN A3 oder DIN A2, Knetgummi.
D21270 36,00 Ustd. 115,– €
12 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 9:30 – 11:45 Uhr
Doris Piéla

D21280 21,33 Ustd. 73,– €
8 Abende, ab 29.8.2012
Mi, 19:00 – 21:00 Uhr
Doris Piéla

Poesie der Farbe
Aquarellmalerei
für Fortgeschrittene
Sie möchten einen Neuanfang wagen oder schätzen die Motivation durch Gleichgesinnte. Wir setzen Farbe als emotionales Element ein und suchen anhand von Stillleben, Landschaften, etc. nach eigenen Ausdrucksmöglichkeiten.
Zum ersten Tag bitte Papier DIN A4, Bleistift, Pinsel, vorhandene Aquarellfarben, Aquarellpapier mitbringen.
D21320 45,00 Ustd. 135,– €
15 Vormittage, ab 22.8.2012
Mi, 9:15 – 11:30 Uhr
Christine Kaiser

Aquarellmalerei
Anfänger und Fortgeschrittene
Eine der ältesten Maltechniken – das Aquarell ermöglicht von zart, fließend über lebendig bis kraftvoll leuchtend ein unmittelbares Farberlebnis. Grundlagen wie der Umgang mit Materialien und den Gestaltungsmethoden von der Farbenlehre bis hin zur Komposition werden anhand einfacher Beispiele erprobt. Durch spontanes Arbeiten an verschiedenen Themen wird der Zugang zu den vielseitigen Möglichkeiten in der Aquarellmalerei angestrebt. Ziel ist es, gegenständliche Vorgaben zu vereinfachen und malerisch zu interpretieren, um schrittweise zu einer individuell entwickelten Bildsprache zu gelangen. Wir setzen Farbe als emotionales Element ein und suchen anhand von Porträt, Landschaft, Stillleben etc. nach eigenen Ausdrucksmöglichkeiten die wir gemeinsam besprechen. Entdecken Sie die eigene Kreativität und lassen Sie sich durch Gleichgesinnte motivieren.
Anfänger erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste. Sonstige vorhandene Utensilien für die Malerei bitte mitbringen.
D21340 32,00 Ustd. 105,– €
8 Vormittage, ab 20.8.2012
Mo, 9:00 – 12:00 Uhr, 14-täglich
Christine Kaiser

D21341 26,00 Ustd. 90,– €
10 Abende, ab 6.9.2012
Do, 17:30 – 19:30 Uhr
Christine Kaiser

Aquarellmalerei
Anfänger und Fortgeschrittene
Das Aquarell wurde jahrhundertelang von Malern als Entwurfs- und Skizzentechnik genutzt – erst im späten 18. Jahrhundert gewann dieses Genre Eigenständigkeit. Die Transparenz der Aquarell-Technik ermöglicht es in hohem Maße, Licht und Leichtigkeit darzustellen. Sowohl in der Prima-Malerei als auch bei der Lasur-Technik »malt« das Weiß des Untergrundes mit. Wir lernen, den Farbauftrag zu steuern – das empfindliche Gleichgewicht von Wassermenge und Farbpigmenten zu beherrschen – das Mischverhalten der Farben zueinander gezielt einzusetzen – dies alles ist Voraussetzung für gelungene Werke. Grundlagen von Farblehre und Komposition werden vermittelt. Gemalt wird nach eigenen Skizzen, Stillleben und Bildvorlagen. Materialliste und Besprechung in der ersten Unterrichtseinheit. Bitte bringen Sie evtl. vorhandene Malutensilien und Skizzenpapier mit.
D21360 24 Ustd. 86,– €
8 Vormittage, ab 1.11.2012
Do, 9:30 – 11:45 Uhr
Isanna von Perbandt

Aquarellmalerei
Wochenendkurs
Anfänger und Fortgeschrittene
Allgemeine Einführung in die Technik der Aquarellmalerei – Umgang mit den Materialien Farbe, Papier, Pinsel – Erläuterung von Kompositions- und Farbenlehre anhand einfacher Beispiele. Malen nach der Natur und nach Bildvorlagen (unterschiedliche Landschaften, Stillleben und Figuren). Besprechung von Arbeitsergebnissen. Ziel ist es, die vorgegebenen Motive zu vereinfachen und malerisch umzusetzen, um schrittweise zur eigenen freien Malerei zu gelangen.
Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste!
D21380 68,– €
1 Wochenende
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 18.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Helmut Lippert

Farbempfinden
Pastell-Aquarell-Malerei
Anfänger und Fortgeschrittene
Das Malen ermöglicht vielfältige Ausdrucksformen von der skizzenhaften Darstellung bis hin zu intensiv ausgearbeiteten Bildern mit hoher Farbbrillanz. Wir setzen Farbe als emotionales Element ein und suchen anhand von Porträt, Landschaft, Stillleben etc. nach eigenen Ausdrucksmöglichkeiten. Eigene Fähigkeiten und Vorstellungen werden kontinuierlich weiterentwickelt. Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste. Sonstige vorhandene Utensilien für die Malerei bitte mitbringen.
D21385 45,00 Ustd. 135,– €
15 Nachmittage, ab 20.8.2012
Mo, 15:30 – 17:45 Uhr
Christine Kaiser

Von der gegenständlichen bis zur abstrakten Malerei
in Aquarell und Acryl
Die Verbindung zwischen der Welt der Gegenstände und des abstrakten Denkens bereitet manch fortgeschrittenem Teilnehmer viele Probleme. Mit Hilfe konkreter Aufgaben werden wir gemeinsam den Weg von der Darstellung realer Gegenstände zur Erschaffung derer Symbole auf der Oberfläche des Papiers gehen. Vermittelt werden die technischen Möglichkeiten, dreidimensionale/plastische Wirkung im Bild zu erzielen. Voraussetzung für diesen Kurs: Grundkenntnisse im Zeichnen.
In der ersten Unterrichtsstunde findet eine ausführliche Materialbesprechung statt. Bereits vorhandene Malutensilien bitte mitbringen.
D21390 26,67 Ustd. 95,– €
10 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:45 – 21:45 Uhr
Nona Gabrielyan

Ölmalerei
Anfänger und Fortgeschrittene
Die Ölmalerei bietet die vielseitigsten Möglichkeiten zur Gestaltung: Prima-, Lasur- oder Spachteltechnik. Vorbereitung des Malgrundes, Techniken der Vorzeichnung. Aus theoretischen Erkenntnissen zur Malpraxis zu gelangen und umgekehrt ist das Ziel des Kurses. Von der Idee bis zum eigenständigen Ölbild. Erlernen eines soliden Bildbaus, Kontrast und Harmonie, Komposition und Raumwirkung, Mischen von Farbe, Pinsel- oder Spachtelführung, Malstile. Benötigtes »Startset« wird in der ersten Unterrichtsstunde besprochen.
D21500 27,00 Ustd. 95,– €
9 Abende, ab 18.9.2012
Di, 19:30 – 21:45 Uhr
Doris Happel

Freude am Malen
Die Kopie als Einstieg
in die klassische Ölmalerei
Wochenendkurs: Anfänger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen
Die Auseinandersetzung mit Bildwerken vergangener Meister sensibilisiert die eigene künstlerische Wahrnehmung, klärt Komposition und bildnerische Zusammenhänge und verhilft zum unmittelbaren Einstieg in die Welt der Farben. So entstehen oft erstaunliche Ergebnisse. Obwohl die meisten Kunstwerke Ölbilder sind, lässt sich der Einstieg auch über andere Techniken finden: z. B. mit Acryl und Deckfarben oder mit zeichnerischen Mitteln wie Bleistift und Kohle. Der Schwerpunkt des Kurses liegt jedoch auf dem Malen mit Ölfarben. Daneben sind weitere Kursschwerpunkte: Die Auswahl der Farben, Farbmischungen, die Komposition und der Bildaufbau. Am Vorbesprechungsabend werden gemeinsam 3 bis 5 Kopierthemen ausgesucht. Bitte bringen Sie zum Besprechen auch ihr vorhandenes Malmaterial mit.
Der erste Termin dient der Bildauswahl und Vorbesprechung.
D21530 75,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 18:00 – 20:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 16:00 Uhr
So, 14.10.2012, 9:00 – 16:00 Uhr
Michael Schubert

Acryl & Co.

In diesem Kurs mache ich Sie mit »Acryl(farben) & Co.« bekannt: Zunächst lernen wir die Verarbeitung der Acrylfarbe auf Papier und Leinwand kennen und als »Co.« stelle ich Ihnen verschiedene Techniken und Hilfsmaterialien vor, darunter auch diejenigen die mit Acryl nicht so bekannt oder üblich sind. Auch wenn Sie »Acryl und Co.« schon zu kennen meinen, finden Sie bei uns sicher ein paar neue Impulse und Anregungen, die Sie mit Ihren eigenen Ideen verbinden können. Machen Sie mit!
Materialbesprechung in der ersten Unterrichtsstunde.

D21550 33,33 Ustd. 112,– €
10 Vormittage, ab 10.10.2012
Mi, 9:30 – 12:00 Uhr
Erika Fiedler

Acrylmalerei

Einstieg und Perspektiven

Acrylfarben bieten eine Vielfalt an kreativen Einsatzmöglichkeiten. Da mit Wasser verdünnbar, tragen sie Anwendungsaspekte der Aquarell- und Temperamalerei in sich und können auch pastos oder gespachtelt eingesetzt werden. Ihr relativ unproblematischer Auftrag auf unterschiedlichen Materialien macht sie zusätzlich attraktiv. Gründliche Einführung in diese Maltechnik und ihre Anwendungsbereiche.
Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste.

D21560 36,00 Ustd. 115,– €
12 Nachmittage, ab 11.9.2012
Di, 14:00 – 16:15 Uhr
Gudo Knabjohann

Experimentelles Malen

in Acryl – Mischtechniken – Collage/Wochenendworkshop

An diesem Wochenende liegt der Schwerpunkt auf experimentellen, kreativen Techniken der Malerei – auf Papier und/oder auf Leinwand. Zusatzmaterialien wie Ölkreiden, Strukturpaste, Faserpapiere und Materialien wie Schnur, Jute und Sand kommen zum Einsatz. Die Bildthemen sind vorwiegend abstrakter Natur, wir gehen in einen Dialog mit dem entstehenden Bild und malen vorwiegend assoziativ, d. h. wir schauen was passiert. Auch erfahren wir eine Menge über Komposition; »wie kommt Spannung ins Bild« soll eines der Kernthemen sein.
Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste.

D21567 62,– €
1 Wochenende
Sa, 6.10.2012, 9:30 – 15:30 Uhr
So, 7.10.2012, 9:30 – 15:30 Uhr
Claudia Stöber, Kommunikationsdesignerin

Acrylmalerei

Wochenendseminar
»Ich bin kreativ!«

Haben Sie Lust, ein paar Techniken dieser vielseitigen Malerei auf zwei Leinwänden 50 × 60 cm auszuprobieren?
Farbe, Pinsel und Leinwände werden Ihnen zum Preis von 28,– € »handgerecht« serviert (direkt bei Kursbeginn an die Kursleiterin zu zahlen).
Bitte bringen Sie gute Laune und eine Tube »Geduld« mit. Ich freue mich auf Sie.
Die Mittagspause ist geplant von ca. 12:30 – 13:30 Uhr. Bitte mitbringen: Bleistift und Schere, alte Lappen oder Haushaltspapier, Verpflegung (»Mittagessen«). Für Kaffee und Tee sorgt die Kursleiterin.

D21570 68,– €
1 Wochenende
Sa, 24.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 25.11.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Erika Fiedler

Kreativ mit Acryl

Workshop in den Weihnachtsferien (für Erwachsene)

Anfänger und Fortgeschrittene stoßen oft an Grenzen, – sich überhaupt an ein Bild heranzutrauen und den eigenen Ansprüchen zu genügen. In diesem Workshop können Sie sich Freiheit und Zeit zum Experimentieren geben, gewohnte Wege verlassen, neue Herangehensweisen und Techniken ausprobieren, sich auf das Wesentliche konzentrieren und Sinn für die Fläche entwickeln. Die Dozentin gibt Ihnen individuelle Unterstützung in Auswahl und Zusammenstellung der Farben, Anordnung von Farbflächen, Übergang zwischen den Flächen, Entstehung der Form aus der Fläche, Farb- und Formkontrast, Gesamteindruck und Details und Verwendung der Acrylfarben und Pinseltechnik.
Bitte mitbringen: Grundfarben (Acryl) + weiß + schwarz, verschiedene Leinwandformate, unterschiedliche Pinselstärken

E21571 20,00 Ustd. 82,– €
5 Tage, ab 7.1.2013
Mo-Fr, 10:00 – 13:00 Uhr
Angelika Dautzenberg

Malen in Acryl

(oder Öl) mit Pinsel, Spachtel und Messer

Wochenendworkshop
für Anfänger und Fortgeschrittene
Die Technik des Malens mit dem Spachtel oder dem Messer ist eine Verfahrensweise, die Ende des 19. Jahrhunderts vor allem durch den Realisten Gustave Courbet in die Kunst eingebracht wurde. Die Technik verlangt etwas Geschicklichkeit und Geduld, ist aber ansonsten gut zu erlernen. Voraussetzung ist, dass sich der Malschüler an eine spezielle Technik des Bildaufbaus hält, die im Workshop grundlegend vermittelt wird. Das Ergebnis sind Flächen, die wie emailliert erscheinen. Kursablauf: theoretisches Basiswissen und Auswahl der Motive – Anlegen von Vorzeichnung und Grundierung. -. Motivseparierung – Malen mit Pinsel und Erlernen der Spachtel- und Messertechnik.
Die Materialliste erhalten Sie bei der Anmeldung.

D21575 80,– €
1 Wochenende
Sa, 26.1.2013, 10:00 – 18:00 Uhr
So, 27.1.2013, 10:00 – 18:00 Uhr
Doris Happel

Freie Malerei

Anfänger und bisherige Teilnehmer

Der Kurs setzt die freie Entscheidung, in Öl, Acryl, Aquarell, Pastell oder Mischtechnik zu malen, an den Anfang, wobei die Kursleiterin mit Rat und Tat zur Seite steht. Auch welche Malmethode man wählt (realistisch, abstrakt oder experimentell), ist freigestellt, so dass der Kurs eine spannende Vielfalt bietet. Aus der Praxis heraus werden Fragen zu Farbmischungen, Bildbau, Malweise, Pinselführung und vieles mehr thematisiert. Anfänger beginnen mit den wichtigsten handwerklichen Grundlagen, ohne die es nicht geht. Fortgeschrittene setzen ihr eigenes Bildthema fort. Jeder bringt zur ersten Besprechung Motive mit. Das können z. B. Skizzen, Fotos oder Vorlagen sein, die man interpretieren möchte. Wenn man nichts findet, bedient man sich aus der Mappe der Kursleiterin.
Eine Materialliste wird passend zu den Motiven in der ersten Veranstaltung besprochen.

D21600 32,00 Ustd. 95,– €
8 Abende, ab 2.11.2012
Fr, 18:00 – 21:00 Uhr
Doris Happel

Malen am Vormittag

Anfänger und Fortgeschrittene

Ihre Freude am Malen soll in diesem Kurs durch gestalterisches Grundwissen ergänzt werden. Landschaft, Figur, Stillleben (nach Bildvorlagen) können ebenso Thema sein wie Abstraktionen und Experimente. Die Technik kann frei gewählt werden (Acryl, Öl, Aquarell, Gouache oder Pastell), wobei auch Mischtechniken möglich sind. Anfänger werden behutsam mit der gewünschten Technik vertraut gemacht. Das jeweils benötigte Material wird zu Beginn des Kurses vorgestellt. Die Korrektur erfolgt individuell im Einzelgespräch. Bei einem Museumsbesuch erfahren Sie, wie es die Meister gemacht haben.

D21625 56,00 Ustd. 170,– €
13 Vormittage
+ 1 Nachmittag, ab 21.9.2012
Fr, 10:00 – 13:00 Uhr
Doris Happel

Kalligraphie und Schriftkunst

Wochenend-Workshop für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Beschäftigung mit Kalligraphie, ästhetischer Schriftgestaltung und Schreibkunst ist eine meditative Besinnung auf unsere ureigensten kreativen Fähigkeiten. In unserem Workshop erhalten Sie zunächst einen Überblick über die wichtigsten »Hand«-Schriften. Danach beginnen Sie mit dem Einüben der Alphabete. Durch Kombination mit künstlerischen Ausdrucksverfahren (z. B. Schmuckkalligraphie und Ornamentik) erschließen Sie sich in einem dritten Schritt eine Fülle praktischer Anwendungen und stellen eigene Schriftgestaltungen (z. B. Einladungskarten, Geschenkanhänger, kalligraphische Bilder) her. Ziel des Workshops ist es, Schreiben als erlebnisreichen, kreativen Prozess zu erfahren.
Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste.

D21627 75,– €
1 Wochenende
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
So, 4.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
Doris Happel

D21628 75,– €
1 Wochenende
Sa, 15.12.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
So, 16.12.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
Doris Happel

Kultur und Kreativität

Malen und Zeichnen

Jour fixe zur Kunst und Kunstgeschichte

Arbeitsgemeinschaft zur Kunsttheorie und Begutachtung ihrer Werke

Kenntnisse der bildnerischen Mittel erwerben, der künstlerischen Methodik nachspüren, wissen wollen, »wie es gemacht wird«: Im Jour-Fixe studieren Sie Motive und Sujets bedeutender Künstlerpersönlichkeiten ebenso wie zeitgenössische Positionen und lernen auf diese Weise die Grundlagen der Kunst und Kunstgeschichte kennen. Zudem haben Jour-Fixe-Teilnehmende Gelegenheit, auch eigene Werke zu präsentieren und einer Beurteilung zu unterziehen. Der Kurs eignet sich aber nicht nur für Malschüler und Künstler, die ihren Kenntnisstand erweitern möchten, sondern auch für allgemein Kunst- und Kulturinteressierte. Die aktuellen Termine und Themen entnehmen Sie bitte dem Sonderprospekt, den Sie in der Geschäftsstelle der vhs oder der Villa Schnitzler erhalten. Weitere Termine: 9.2./9.3./8.6./6.7./26.10. (Ferientermin!) 2013.

E21629 20,00 Ustd. 160,– €
6 Samstage, ab 19.1.2013
Sa, 10:00 – 12:30 Uhr
Doris Happel

E21630 20,00 Ustd. 160,– €
6 Samstage, ab 19.1.2013
Sa, 13:15 – 15:45 Uhr
Doris Happel

Kreativitätstraining

Wenn Sie zu den Menschen gehören, die von sich glauben, dass sie über keinerlei oder wenig Kreativität verfügen, dann sind Sie bei diesem Kurs genau richtig! Ich behaupte genau das Gegenteil, denn meiner Meinung nach verfügt jeder Mensch über kreative Ressourcen, auch wenn er sich dessen oft nicht bewusst ist. Und diese inneren kreativen Quellen gilt es zu entdecken oder wieder zum Leben zu erwecken. Einen Tag lang wollen wir uns deshalb spielerisch und ohne Leistungsdruck verschiedenen kreativen Herausforderungen stellen. Dabei lassen wir uns von Farben, Formen, einer Vielzahl von Materialien, Worten und Musik inspirieren. Im freien kreativen Raum gibt es kein »gut« oder »schlecht«, »richtig« oder »falsch«, alles ist möglich, was unsere Phantasie und Vorstellungskraft zulassen und oftmals sogar noch ein wenig mehr!
Bitte Tagesverpflegung, bequeme Kleidung, alte Lappen oder Küchenkrepp und vorhandene Mal- und Zeichenutensilien mitbringen. Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste.

D21635 35,– €
1 Tag, 15.9.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Nicole Groß-Weberstedt

Malerei in der dritten Dimension

3-D-Bilder auf Leinwand und MDF (Holzfaserplatte)

Als Malmedium verwenden wir Acrylfarben und experimentieren darüber hinaus mit den unterschiedlichsten plastischen Materialien (Eierkartons, Strohhalmen, Styropor, Stoffen, Nägeln usw.), mit denen wir Dreidimensionalität erzeugen können. Dieser Kurs begeistert u.a. durch das kreative Spiel mit den zunächst einmal artfremden Materialien. Neben dem haptischen Erleben von 3-Dimensionalität und Farbe, beschäftigen wir uns mit dem formalen Bildaufbau, dem Erzeugen von Spannung oder Harmonie und dem Schaffen von Bildschwerpunkten.
Bitte mitbringen: Malerkittel o.ä., mehrere Leinwände, Acrylfarben, mittelbreite und breite Pinsel, Heißklebepistole, alte Baumwollstoffe mindestens im Format der Leinwände und Küchenkrepp.

D21636 83,– €
5 Vormittage, ab 2.11.2012
Fr, 10:00 – 13:00 Uhr
Nicole Groß-Weberstedt

Farbensturm und Lichtertaumel

Kreativ-Malreise

Auf den Spuren des »Blauen Reiter« für Anfänger und Fortgeschrittene nach Murnau/Oberbayern
16.7. – 23.7.2012
Wer kennt sie nicht, die herausragenden »Blauen Pferde« von Franz Marc, die kühnen Kompositionen von Wassily Kandinsky und die farbenfrohen Gemälde der Gabriele Münter? Werke, die den Beginn des Deutschen Expressionismus formulieren und in der beschaulichen Alpenvorlandschaft Oberbayerns entstanden sind, dem »Blauen Land«, wie die Bayern heute sagen. Ihre Freude am Malen soll in dieser Malwoche durch gestalterisches Grundwissen ergänzt werden. Landschaft, Figur, Stillleben (nach Bildvorlagen) können ebenso Thema sein wie Abstraktionen und Experimente. Die Technik kann frei gewählt werden (Acryl, Öl, Aquarell, Gouache oder Pastell), wobei auch Mischtechniken möglich sind. Anfänger werden behutsam mit der gewünschten Technik vertraut gemacht. Fortgeschrittene erhalten Gelegenheit, eigene Bildprojekte mit fachlicher Unterstützung zu verwirklichen. In entspannter Atmosphäre Fortschritte im Malen zu erzielen, ist Zweck der Reise.
Die Kursleiterin ist bei der Zimmerreservierung behilflich. Die Preise für Übernachtung mit Frühstück variieren je nach Ausstattung zwischen € 20,00 und € 85,00 für ein Einzelzimmer. Mittags individuelle Verpflegung vor Ort, abends gemeinsames Abendessen in ausgewählten Restaurants der Umgebung.
An- und Rückreise erfolgen individuell (z. B. mit der Deutschen Bahn über München oder mit Pkw). Unterbringung und Verpflegung werden vor Ort bezahlt.
Zu dieser Reise ist ein Sonderprospekt erschienen, der in der vhs-Geschäftstelle Wiesbaden (Europaviertel) und der Villa Schnitzler ausliegt oder kostenlos angefordert werden kann.

D29189R 480,– €
Doris Happel

Malen, Zeichnen und Fotografieren

im Kitzbüheler Land/Wilder Kaiser (Tirol)

Für Anfänger und Fortgeschrittene Kreativ-Malreise ins Brixental/Österreich 19. – 26.8.2012
Umgeben von der majestätischen Natur der österreichischen Hochalpenlandschaft, im idyllischen Brixental, unweit des Kulturzentrums Kitzbühel und des Gebirgsmassivs des Wilden Kaiser, widmen Sie sich entspannt der Malerei und Zeichnung. Für die gesamte Dauer steht ein großzügiger Seminarraum zur Verfügung. Bei schönem Wetter kann im Garten des Hotels gemalt werden. Anfänger werden behutsam mit der Technik der Aquarell- oder Acrylmalerei vertraut gemacht. Fortgeschrittene realisieren mit fachkundiger Unterstützung eigene Projekte. Ausflüge zu Motiven der Umgebung, Gondelfahrten in die benachbarte Bergwelt bringen eine Fülle zusätzlicher Anregungen, die per Foto festgehalten und vor Ort entwickelt werden.
An- und Rückreise erfolgen individuell (z.B. mit der Deutschen Bahn über München und Wörgl oder mit Pkw). Unterbringung mit Halbpension im 4-Sterne-Hotel mit Schwimmbad, Sauna und großer Gartenterrasse: € 57,– im Doppelzimmer pro Person und Tag. Einzelzimmerzuschlag: € 42,– pro Woche. An- und Abreise sowie Hotel und Verpflegung sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden vor Ort bezahlt.
Zu dieser Reise ist ein Sonderprospekt erschienen, der in den Geschäftstellen der vhs Wiesbaden ausliegt oder kostenlos angefordert werden kann.

D29190R 480,– €
Doris Happel

dOCUMENTA (13)

Tagesfahrt nach Kassel in exklusiver Kleingruppe

Die Documenta, weltweit eine der bedeutendsten Ausstellungen zur Gegenwartskunst, findet zum dreizehnten Mal in Kassel statt. Initiator der ersten Documenta war 1955 Arnold Bode. Seitdem leistet die 100 Tage währende Kunstschau alle fünf Jahre eine globale Gesamtinterpretation der zeitgenössischen Kunst. Sie besuchen unter der fachlichen Führung von Doris Happel die wichtigsten Ausstellungsorte (Fridericianum, documenta-Halle, temporäre Bauten) in exklusiver Kleingruppe (8 – 14 TN), nehmen an einer Documenta-Führung teil und erschließen sich auf diese Weise die Bedeutungen der gezeigten Exponate.
Die An- und Abreise findet bequem mit der Deutschen Bahn statt. Vom Bahnhof in Kassel steht ein Shuttle zu den Ausstellungsorten bereit. Wegen des frühzeitigen Kaufs der Fahrscheine und der Documenta-Führungsfrist bitte bis 27.7. anmelden. In der Gebühr sind enthalten: Eintritt, 2-Std.-Führung, fachl. Führung durch D. Happel, Reiseleitung und Organisation, nicht aber die Kosten für die Bahnfahrt.

D29191R 95,– €
Donnerstag, 6.9.2012
Doris Happel

Figuren und Engel
Von konkret bis abstrakt
Wochenendworkshop
Von der klassischen Figur ausgehend tasten wir uns an malerische Möglichkeiten heran, diese zu verfremden: schemenhaft, bewegt in Aktion, allein oder als Menge, evtl. reliefartig mit Strukturpaste unterlegt – den künstlerischen Interpretationen sind keine Grenzen gesetzt. Sie können auch Fotovorlagen oder Kopien verändern, als Collage in Ihre Bilder einbinden, sie teilweise übermalen etc. Hilfestellung bei der Umsetzung sowie Anregungen zum Experimentieren und spannungsfördernde Kompositionshinweise erhalten Sie gerne von der Dozentin. Sie erhalten bei der Anmeldung eine Materialliste.
D21638 62,– €
1 Wochenende
Sa, 1.12.2012, 9:30 – 15:30 Uhr
So, 2.12.2012, 9:30 – 15:30 Uhr
Claudia Stöber, Kommunikationsdesignerin

Malwerkstatt am Samstag
Wir arbeiten in verschiedenen Techniken: Bleistift, Buntstift, Kohle, Acryl. Erfahrungen mit Gips und Collagematerial werden das Spektrum der künstlerischen Ausdrucksmöglichkeiten erweitern. Wir lassen uns von den Wirkungen überraschen. Farbenlehre und Bildaufbau werden während des Arbeitsprozesses mit besprochen.
Bitte mitbringen: weichen Bleistift, Wasserfarben, Zeichenblock, Pinsel, Wasserglas.
D21639 16,00 Ustd. 59,– €
4 Samstage, ab 1.9.2012
Sa, 10:00 – 13:00 Uhr
Petra von Breitenbach

E21639 16,00 Ustd. 59,– €
4 Samstage, ab 19.1.2013
Sa, 10:00 – 13:00 Uhr
Petra von Breitenbach

Bildaufbau
praxisbezogener
Wochenend-Workshop
Warum springen uns manche Bilder ins Auge und wir sind spontan begeistert? Der Prozess des Malens wird von vielen Einflüssen gesteuert. Der Zufall allein kann es nicht sein! Welchen Einfluss hat der Künstler/die Künstlerin selbst? In diesem Workshop bekommen Sie das Handwerkszeug, um hinter die Geheimnisse der Wirkungen während des Gestaltungsprozesses zu kommen. Anhand von Beispielen aus der Bildenden Kunst werden Sie die vier wichtigsten Kompositionsarten kennen lernen und selbst anwenden. Erwünscht, aber nicht Voraussetzung, ist das Mitbringen eigener Werke oder Fotos davon.
Bitte mitbringen: Acryl- oder Wasserfarbe, festes Malpapier, Leinwand, Pinsel verschiedener Stärken, Glas, Bleistift.
D21640 59,– €
1 Wochenende
Sa, 8.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 9.12.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Petra von Breitenbach

Bildaufbau und Farbenlehre
Wie korrigiere ich mein Bild?
Für Anfänger und Fortgeschrittene Ihr Bild hat Schwächen im Bildaufbau, aber Sie wissen nicht, wo Sie mit der Veränderung ansetzen sollen? Gemeinsame Betrachtung Ihrer Werke vor dem Hintergrund der Gesetzmäßigkeiten im Bildaufbau und in der Farbenlehre können ein Bild manchmal mit wenigen Pinselstrichen zum gelungenen Werk machen. Gemeinsam malen wir Bilder und erfahren dabei etwas über Kompositions- und Farblehre. Bestehende Bilder, die »korrigiert« werden sollen, können mitgebracht werden.
Bitte mitbringen: Acryl- oder Wasserfarbe, festes Malpapier, Leinwand, Pinsel verschiedener Stärken, Glas, Bleistift.
D21641 12,00 Ustd. 59,– €
4 Vormittage, ab 14.9.2012 (am 28.9. findet kein Unterricht statt)
Fr, 10:00 – 12:15 Uhr
Petra von Breitenbach

Bitte beachten Sie auch die Kurse für Kinder und Jugendliche von Petra von Breitenbach unter junge vhs, siehe Seite 161.

Workshop in den Herbstferien
Bildergeschichten zeichnen
(8 – 12 Jahre)
D938121 20,00 Ustd. 69,– €
5 Vormittage, ab 15.10.2012
Mo – Fr, 10:00 – 13:00 Uhr
Petra von Breitenbach

Malen für Kinder im Vorschulalter
(4 – 7 Jahre)
D938070 12,00 Ustd. 55,– €
6 Nachmittage, ab 30.8.2012
Do, 15:30 – 17:00 Uhr
Petra von Breitenbach

Mappenworkshop
für Kunst- und Designstudium
Beratung, Konzept und Übungen für eine individuelle Mappe
Dieser Workshop richtet sich an Studienbewerber im gestalterischen Bereich, z .B. Kunst und Design.
Sie arbeiten an einer Mappe, wollen eine Aufnahmeprüfung bestehen, sind begabt, haben aber keine Ahnung, auf was es ankommt, können die eigenen Arbeiten nicht einschätzen…?
Dieser Kurs bietet eine Orientierung. Wir besprechen bereits vorhandene Arbeiten der Teilnehmer, geben individuelle Tipps. An Beispielen erfolgreicher Mappen wird das Niveau verdeutlicht, welches in Begabtenprüfungen gefordert wird. Allerdings entsteht hier keine Einheitsmappe, sondern wir sprechen über die Entwicklung eines individuellen Mappenkonzepts; dazu lernen wir kreative Denktechniken kennen. Informationen und Tipps zu Mappen und Prüfungen werden ergänzt durch praktische Übungen in verschiedenen Darstellungstechniken (z. B. Zeichnen, Farbe etc.).
Bitte mitbringen: Bereits vorhandene Arbeiten, viel Skizzenpapier DIN A3/A2, Bleistifte 2B und 7B.
D21642 95,– €
1 Wochenende
Fr, 21.9.2012, 20:15 – 22:15 Uhr
Sa, 22.9.2012, 10:00 – 18:30 Uhr
So, 23.9.2012, 10:00 – 18:30 Uhr
Axel Himburg

Durch Malen zum Selbst
Inneren Bildern eine Form geben
Kreativitätstraining
Kreativitätstraining ist eine Methode, innere Potentiale durch künstlerischen Ausdruck sichtbar zu machen. Frei und ohne Bewertung mit musischen und bildhaften Anleitungen beschäftigen wir uns mit inneren Bildern, die wir ausdrücken wollen. Dafür braucht es keine künstlerische Vorbildung, sondern wir nutzen ganz spielerisch einfache Materialien wie Farben, Ton und Collagenmaterial und erschaffen damit ganz individuelle Bildwelten. Inspiration und Anleitung können z. B. Musikstücke und Fotos sein. Im Mittelpunkt steht die Freude mit Hilfe von Imagination und Farbe ein Stück von sich selbst sichtbar zu machen.
Materialien wie Papier, Gouachefarben, Ölkreiden, verschiedenes Zeichenmaterial, Material für Collagen, Stoffe, Kleber, Naturmaterialien, Ton usw. werden gestellt.
Es entstehen zusätzliche Materialkosten von 5,– €, die direkt an die Kursleiterin zu entrichten sind.
Bitte ein Sitzkissen und bei Bedarf bitte einen kleinen Pausensnack mitbringen.
D21643 25,– €
1 Samstag, 29.9.2012
11:00 – 14:00 Uhr
Esther Scholz-Zerres, Kunst-Therapeutin und Dipl. Kommunikations- Designerin

Bitte beachten Sie:
Unsere Angebote zu den Schwerpunkten Psychologie und Lebenshilfe dienen ausschließlich der Information. Sie sollen und können kein Ersatz für eine persönliche Beratung oder psychotherapeutische Behandlung sein. Für die Teilnahme wird eine normale psychische und physische Belastbarkeit vorausgesetzt.

Kultur und Kreativität

Malen und Zeichnen, Künstlerisches Gestalten

Freies Malen und Entspannung

Stressbewältigung mit kunsttherapeutischen Mitteln

Oft nehmen wir zu viel in unsere Freizeit mit, was uns belastet und verhindert, dass unser Kopf frei wird. Wir beginnen mit einfachen Entspannungsübungen und kommen dann zum Freien Malen. Musik und verschiedene kreativitätsfördernde Anregungen sind Ausgangspunkte für Ihre Bilder. Es sind keine künstlerischen Voraussetzungen notwendig. Mit den Methoden der Kunsttherapie lassen wir Bilder aus dem Moment heraus entstehen, die uns helfen, Aspekte unserer Persönlichkeit neu zu betrachten. Es ist eine Möglichkeit, mit viel Freude und Kreativität neue Impulse in den Alltag mitzunehmen und umzusetzen. Farben, Papier und weitere Materialien werden zur Verfügung gestellt. Materialkosten in Höhe von 3,– € pro Abend/Person sind im Preis inbegriffen.
Bitte eine Turnmatte und bequeme Kleidung mitbringen.

D21644 13,33 Ustd. 89,– €
5 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:15 – 21:15 Uhr
Esther Scholz-Zerres, Kunst-Therapeutin und Dipl. Kommunikations-Designerin

Indisches Farbmahl

Kunst und Kulinarik

Stellen Sie sich vor, Sie sind zum Essen eingeladen und auf der Tafel liegen statt Teller und Besteck Farbpaletten und Pinsel. Sie dürfen sich jetzt setzen und dann werden Sie in eine Farb- und Formenwelt geführt, die Sie selbst mitgestalten. Unter der Leitung einer Künstlerin und Kunsttherapeutin werden Sie an diesem Abend die gedeckte Tafel bemalen, Sie werden auch einmal in die Rolle des Kellners oder der Kellnerin schlüpfen und nicht zuletzt indische Köstlichkeiten probieren. Hier geht's um Farben erleben, miteinander kommunizieren und Essen und Trinken genießen in einer aktiven und besinnlichen Atmosphäre. Stellen Sie sich ein auf einen Abend mit »fast« allen Sinneseindrücken mit indischer Note.

D21645 59,– €
1 Samstag, 10.11.2012
17:00 – 20:00 Uhr
Esther Scholz-Zerres, Kunst-Therapeutin und Dipl. Kommunikations-Designerin

Künstlerisches Gestalten

Kunstobjekte aus Metall

Schmieden Sie Ihr eigenes Kunstwerk und erweitern damit Ihren Lebensraum. Tauchen Sie ein in den Prozess des Schmiedens, Schweißens Plasma Schneidens. Der Workshop gibt Ihnen die Möglichkeit, sich selbst zu verwirklichen. Gemeinsam finden wir Ihre Idee. Wir arbeiten mit Feuer und Amboss, Fundstücken, Holz, Glas, Stein, Schrottteilen und Altmetall und allem, an was Ihr Herz hängt und was Sie schon immer zu einem Objekt verbauen wollten. Lassen Sie sich auf eine außergewöhnliche Lebenserfahrung ein. Bitte Arbeitshandschuhe, alte Kleidung, festes Schuhwerk und Schutzbrille mitbringen! Unbedingt Altmaterial mitbringen wie Eisen vom Schrottplatz, Metallreste, Sperrmüll- oder Glasteile! Zusätzliche Materialkosten ca. 20,– € je nach Verbrauch bitte direkt an den Kursleiter zahlen.

D22030 85,– €
1 Tag, 1.9.2012
Sa, 11:00 – 18:00 Uhr
Joachim Harbut, Meister Schmiedehandwerk

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Mosaik-Workshop

»Scherben bringen Glück!« für Anfänger und Fortgeschrittene/Kleingruppe

In diesem Kreativworkshop erlernen Sie die Technik des Mosaizierens und stellen gleichzeitig ein kleines, persönliches Kunstwerk her. Nach einer Einführung in die verschiedenen Techniken und Materialien machen wir erste Übungen mit der Mosaikzange. Als Objektträger benutzen Sie Spiegel mit breitem Rahmen und Holzplatten. Für fortgeschrittene Teilnehmer stelle ich 3-D-Objekte (Kugeln, Flaschen, Töpfe…) bereit. Alle Motivvorlagen, Werkzeuge und Materialien (Fliesen, Nuggets, Objektträger), die Sie brauchen, werden zur Verfügung gestellt. Eigene Ideen sind herzlich willkommen! Wir erstellen die Objekte in der direkten Legemethode. Jeder Teilnehmer ist am Ende des Kurses in der Lage, zu Hause allein mit diesem vielfältigen Hobby fortzufahren. Freuen Sie sich auf ein schönes, kreatives und faszinierendes Wochenende.
www.bruchwerk.de
Es fallen zusätzliche Materialkosten von ca. 20,– € an.

D22060 85,– €
Fr, 9.11.2012, 19:30 – 21:30 Uhr;
Sa, 10.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr;
So, 11.11.2012, 10:00 – 14:00 Uhr;
Mi, 14.11.2012, 18:00 – 20:00 Uhr
Sabine Stamm

Bogenbauseminar

Wochenendworkshop

In diesem zweitägigen Kurs haben die Teilnehmer die Möglichkeit einen gebrauchsfähigen Bogen herzustellen. Als Vorbild dienen uns mittelalterliche Bogen sowie Wikinger-, Englische- oder Flachbögen. Moderne Komposit- und Osagerohlinge stehen auch zur Verfügung. Zwei Pfeile ergänzen die Ausrüstung. Neben fachkundiger Anleitung hat jeder Teilnehmer die Möglichkeit, einen Bogen herzustellen der auf ihn persönlich zugeschnitten ist. Teilnahme für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren. Die Materialkosten in Höhe von 100,– € sind an den Dozenten zu zahlen. Für Komposit oder Osage orange Rohlinge kommen noch 45,– € dazu. Für sein leibliches Wohl sorgt jeder selbst.

D22064 79,– €
1 Wochenende
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr
So, 7.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr
Michel Bombardier

Bogenschießen für Frauen

D86810 11,33 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 19:30 – 21:30 Uhr
Sa, 29.9.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Cordelia Rüb
Nähere Informationen auf Seite 148.

Faszination »Intuitives Bogenschießen«

D86830 12,00 Ustd. 55,– €
1 Wochenende
Sa, 22.9.2012, 13:30 – 18:00 Uhr
So, 23.9.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Gernot Franz
Nähere Informationen auf Seite 148.

Didgeridoo

Ein Bau-, Mal- und Spielseminar mit Entspannung

Erlernt wird die Herstellung und das Spiel auf diesem ältesten Blasinstrument der Welt. Von den Aborigines, den Ureinwohnern Australiens, zur Begleitung von Tanz, Gesang und bei Heilungsritualen verwandt, wird es heute als Musikinstrument in der Therapie und in Musikgruppen und Orchestern auf der ganzen Welt eingesetzt. Die heilende Wirkung des Didgeridoospiels (z. B. wird es auch bei asthmatischen Erkrankungen und Schlafapnoe eingesetzt) beruht darauf, dass durch die besondere Klangcharakteristik und die Zirkuläratmung, die es ermöglicht, den Ton beliebig lange ohne Unterbrechung zu halten, der Zugang zu einer gesteigerten Wahrnehmung erleichtert und ein Zustand tiefer Entspannung erreicht wird. In diesem Seminar lernen Sie, Ihr eigenes Instrument zu bauen, in der traditionellen Punkt-in-Punkt-Malerei (Dot-Painting) zu bemalen und es zu spielen in Verbindung mit der richtigen Atmung und Entspannung.
Bitte bringen Sie eine Decke mit. Materialkosten für Didgeridoo und Versiegelung je nach Ausführung ab 65,– € .

D22065 68,– €
1 Tag, 4.11.2012
So, 9:30 – 19:00 Uhr
Ulrich Soppa

Die »Nanas« der Niki de Saint Phalle

oder: Kunst und Frauenpower

Kunst und Frauenpower vereinen sich in der schillernden Künstlerin Niki de Saint Phalle sehr eindrucksvoll. Wir werden uns mit dem Leben und den Werken der Künstlerin auseinandersetzen. Die Teilnehmer erfahren einiges über die farbenfrohe Künstlerin, ihr Leben, ihren künstlerischen Werdegang, persönliche Ansichten und ihre Freundschaft zu anderen Künstlern, insbesondere zu Jean Tinguely. Fotos und Bücher werden uns inspirieren und jeder Teilnehmer baut seine eigene individuelle »Nana« (ca. 40 cm hoch). Fröhliche ausdrucksvolle Farben werden das Grundgerüst aus Draht und Pappmaché vollenden. Es werden keine besonderen handwerklichen Fähigkeiten vorausgesetzt.
Materialien werden zur Verfügung gestellt, die Materialkosten von ca. € 20,– (je nach Gewicht) zahlen Sie bitte an den Dozenten. Bitte Kiste o.ä. zum Transport der Figur mitbringen.

D22067 68,– €
Sa, 17.11.2012, 11:00 – 18:00 Uhr;
Sa, 24.11.2012, 10:00 – 15:00 Uhr
Gerd Wolf, Bildhauer

Goldschmieden

für Anfänger

In diesem Goldschmiedekurs haben Sie die Möglichkeit, die Grundlagen des Goldschmiedens kennenzulernen (Biegen, Sägen, Feilen, Löten) und sich ein Schmuckstück aus Silber herzustellen.
Materialkosten werden gesondert mit der Kursleiterin abgerechnet.

D22082 75,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 16:00 – 20:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Susanne Geiger

Ihre Kollektion als Weihnachtsgeschenk

Schmuckgestaltung mit edlen Steinen - für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren

Kreieren Sie fürs Weihnachtsfest Halsketten, Armbänder und Ohrhänger einfach selbst! Über 120 edle Steine wie Lapislazuli, Rosenquarz und unbekanntere wie z.B. Mookait, Prehnit sowie preiswerte Echtperlen und Silberteile werden Ihnen zu Kursbeginn vorgestellt. Die Teilnehmer/innen können auch eigene alte Ketten mitbringen, die neu aufgefädelt bzw. mit neuen Perlen kombiniert werden. Dazu arbeiten wir mit allergenfreiem Edelstahldraht und Silberquetschperlen nach einer speziellen Methode, mit der es rasch gelingt, die schönsten Schmuckstücke zu zaubern – ohne kratzende Drahtenden. Werkzeuge werden bereitgestellt. Der Kurs eignet sich auch gut für Anfänger/innen!
Es entstehen Materialkosten je nach Verbrauch und Steinauswahl: z.B. für Ohrschmuck oder Anhänger ab ca. 7,00 €, Halsketten je nach Auswahl zwischen ca. 16,00 € und 80,00 €.

D22084 49,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa, 17.11.2012, 11:00 – 16:00 Uhr
Elinka Sturm, Schmuckdesignerin und Geografin

Silberschmiedekurs

Lederbänder mit Sterlingsilber

Gestalten Sie Ihren eigenen Design-Schmuck. Mit geflochtenen Lederbändern in verschiedenen Stärken und Farben und ausgefallenen Verschlüssen entstehen wunderschöne Armbänder, evtl. auch mehrreihig, oder lange und kurze Ketten. Ein gestylter Anhänger in Silber rundet das Schmuckstück ab.
Werkzeug und Material werden gestellt. Materialkosten je nach Verbrauch kommen hinzu.

D22085 25,– €
1 Abend, 28.9.2012
Fr, 18:30 – 22:00 Uhr
Elvira Reetz

Silberschmiedekurs

Außergewöhnliche Ringe

Im Mittelpunkt dieses Kurses steht ein besonderer Ring. Er besteht aus verschiedenen Silberdrähten und schmalen Blechstreifen, die vor dem Zusammenfügen mit einer Oberflächenstruktur versehen werden.
Jeder Ring wird ein wunderschönes Unikat, da die Silberstreifen verschlungen und individuell gestaltet werden. Auch durch das Einfügen von Messing und Kupfer entsteht eine eigene Note. Zusätzlich kann der Ring veredelt werden, indem die Teilnehmer Steine oder Perlen einsetzen. Auf diesem Wege können auch Kettenanhänger oder Ohrringe gestaltet werden.
Das Handwerkszeug wird gestellt. Die Materialkosten je nach Verbrauch kommen hinzu.

D22086 39,– €
1 Tag, 16.9.2012
So, 11:00 – 17:00 Uhr
Elvira Reetz

Silberschmuck

mal anders mit Art Clay

Der Kreativität freien Lauf lassen und Schmuckstücke von Hand wie mit gewöhnlichem Ton formen, das erlaubt die Silber Clay-Modelliermasse. Mit Silber Clay kann man schnell unikatartige Schmuckstücke anfertigen, ohne lang feilen oder polieren zu müssen. Die geschmeidige Silberknetmasse lässt sich so einfach wie Ton verarbeiten. Das fertige Schmuckstück besteht aus 99,9% Silber (Feinsilber) Sie können in Ihre Schmuckstücke sogar geeignete Steine, verschiedene Glassorten, Sterlingsilber einarbeiten. Dieser Kurs ist hervorragend für Anfänger/innen mit und ohne Vorkenntnisse geeignet.
Das Material ist vorhanden und wird je nach Verbrauch abgerechnet. Ein kleines Schmuckstück kostet etwa 24,– €. Die Nutzungspauschale für Geräte und Werkzeug beträgt 5,– €. Papier, Bleistift und Schere bitte mitbringen.

D22089 45,– €
1 Tag, 14.10.2012
So, 10:00 – 17:00 Uhr
Cilmara de Oliveira, Diplom-Schmuckdesignerin

30 Jahre Leidenschaft

Ortwin Kandeler ist Buchbinder aus Berufung. Nach fast 30 Jahren und 260 erfolgreichen Kursen als Dozent gibt er in diesem Jahr seine Tätigkeit bei der vhs in Wiesbaden auf. »Einmal muss Schluss sein«, sagt Ortwin Kandeler. Es sei eine sehr schöne Zeit gewesen, die er nicht missen möchte, ergänzt der 74-jährige. Lässt man die Zeit noch einmal Revue passieren, kommen viele schöne Erinnerungen an Menschen und an Unikate bei Ortwin Kandeler auf. Im Gutenberg-Museum war er eine Zeitlang als freier Mitarbeiter zu dem Thema »Wie entsteht ein Buch« tätig. Langeweile ist für Ortwin Kandeler ein Fremdwort. Er wird auch weiterhin, aber nun in seiner Werkstatt zu Hause, seinem Hobby frönen und sein Wissen über das Handwerk der Buchbinderei weitergeben. Ortwin Kandeler: »Ich werde weiterhin mit meinem Kolleginnen und Kollegen in Kontakt bleiben und stehe früheren Seminarteilnehmern gerne mit Rat und Tat zur Seite.«

– Die Buchbindekurse werden im Frühjahr 2013 unter der Leitung von Annette Lopez wieder angeboten!

Kultur und Kreativität

Künstlerisches Gestalten

Ikebana

Die Kunst des Blumensteckens nach der Sogetsu-Schule

Anfänger und Fortgeschrittene
Ikebana hat in Japan eine über 1300 Jahre alte Tradition und hat auch in Deutschland viele Liebhaber gefunden. Ikebana bedeutet die uralte Kunst der Japaner, Blüten, Zweige und Blätter in den verschiedensten Gefäßen nach bestimmten Regeln anzuordnen.
Zu der Kursgebühr kommen Materialkosten hinzu (Blumen-Igel, Blumenschere etc.) sowie Blumengeld ca. 6,– € je Unterrichtstag.

D22160 30,00 Ustd. 89,– €
15 Vormittage, ab 23.8.2012
Do, 9:30 – 11:00 Uhr
Heidemarie Shockley

D22170 30,00 Ustd. 89,– €
15 Abende, ab 23.8.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Heidemarie Shockley

D22180 30,00 Ustd. 89,– €
15 Abende, ab 23.8.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Heidemarie Shockley

Ikebana

Japanische Blumenkunst im Stil der Ohara-Schule

Erleben Sie, wie durch eine ausgewogene, harmonische Linienführung und die Einbeziehung des freien Raumes die Schönheit der Blumen erst richtig zur Geltung kommt. In diesem Kurs gestalten wir drei kunstvolle Arrangements unterschiedlicher Stilrichtungen. Falls vorhanden, bitte zum Kurs eine Schale mit flachem Boden und ca. 5 cm Tiefe, eine scharfe Blumenschere und Blumenigel (auch bei der Kursleiterin erhältlich) mitbringen. In der Kursgebühr sind Blumenkosten in Höhe von 25,– € für insgesamt drei Arrangements enthalten.

D22192 8,00 Ustd. 49,– €
3 Vormittage, ab 25.9.2012
Di, 9:30 – 11:30 Uhr
Indahrusmiati Frank

– Beachten Sie bitte auch unsere Sprachkurse in Japanisch, darunter

Neu: Japanisch mit Manga, Anime und Film
D73096 Ustd. 85,– €
ab 29.9.2012,
Sa + So, 10:00 – 13:00 Uhr
Miwa Schuler Seite 114

Neu: Hiragana Auffrischung
D73097 7,00 Ustd. 43,– €
ab 3.11.2012,
Sa + So, 10:00 – 13:00 Uhr
Miwa Schuler Seite 114

Ikebana

Adventsgesteck einmal anders

Sie werden Einblick in die japanische Blumenkunst gewinnen und sehen, wie reizvoll es ist, Ikebana-Techniken auf die vorweihnachtliche Dekoration Ihres Wohnbereiches anzuwenden. Falls vorhanden, bitte zum Kurs eine Schale mit flachem Boden, Tiefe ca. 5 cm, Länge oder Durchmesser ca. 30 cm, eine scharfe Blumenschere und einen großen, schweren Blumenigel (auch bei der Kursleiterin erhältlich) mitbringen.
In der Kursgebühr sind Blumenkosten in Höhe von 15,– € für ein Arrangement enthalten.

D22193 32,– €
1 Vormittag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 14:30 Uhr
Indahrusmiati Frank

Origami

Die japanische Kunst des Papierfaltens

Ein Stück Papier wird hierbei nur durch Falten in verschiedene Formen und Gestalten verwandelt. Man muss dazu nicht unbedingt spezielles Origami-Papier benutzen. Normales Geschenk- oder Packpapier eignet sich auch sehr gut dafür. Origami ist daher ein kostengünstiges Hobby. Außerdem fördert es die Fingerfertigkeit und auch die Konzentrationsfähigkeit. Es heißt, Origami hält das Gehirn fit und kann daher auch als eine Art »Gehirnjogging« betrachtet werden. Da es so viele Falttechniken gibt, wird es nie langweilig. Origami bleibt im übrigen nicht zweidimensional, sondern es gibt auch 3D-Origami und zusammengesetzte Konstrukte. Kinder, Jugendliche, Erwachsene jeden Alters können diese Kunst gleichermaßen erlernen, ausführen und Spaß daran haben. Das Papier wird von der Kursleiterin gestellt und ist in der Gebühr enthalten.
Eigene Papiere nach Wunsch und Geschmack dürfen mitgebracht werden.

D22194 25,– €
1 Nachmittag, 29.9.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Shizuko Onodera

Origami und Pop-up für Weihnachten

für Kinder und ihre Eltern

Weihnachten ist Bastelzeit. Wie wäre es in diesem Jahr mit etwas neuem, außergewöhnlichem, und zwar mit Origami und Pop-up-Faltgegenständen?
Mit Origami kann man verschiedene Arten von Christbaumschmuck basteln. Natürlich kann man Christbaumschmuck kaufen, aber selbst gemachter ist einzigartig und viel persönlicher! Wie das geht, wird in dem Kurs Schritt für Schritt erklärt, und zwar so, dass auch Kinder gut mitmachen und Spaß daran haben können. Sie werden überrascht sein, wie sich eine Weihnachtskarte über wenige Handgriffe mit Hilfe der Pop-up-Technik in ein kleines Kunstwerk verwandelt. Die Empfänger werden bestimmt Augen machen und große Freude daran haben.
Eigene Papiere nach Wunsch und Geschmack dürfen mitgebracht werden.

D22195 25,– €
1 Nachmittag, 8.12.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Shizuko Onodera

Handgeschöpftes Papier

Wochenendworkshop für Anfänger

Einführung in die Grundlagen des Papierschöpfens, Informationen zu den Rohstoffen, Schöpfen und Pressen von A4-Bögen oder kleiner, Vorstellung verschiedener Trocknungsmethoden, Färben des Faserbreies, kreativer Umgang mit farbigen Faserbreien, Papiermalerei und Gießtechnik.
Bitte mitbringen: Wasserfeste Schuhe/Gummistiefel, Gummi-/Plastikschürze, Bretter mit glatten Kunststoffflächen mind. 25 cm breit zum Trocknen der Bögen und Transport
Materialkosten je nach Verbrauch von max. 40,– € inkl. Werkstattgeld werden gesondert mit der Kursleiterin abgerechnet.

D22197 75,– €
1 Wochenende
Fr, 30.11.2012, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa, 1.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Uta Gerber

Filzen ist in!

Anfänger und Fortgeschrittene
Kleingruppe mit max. 8 TN

Durch den »Werkstoff Wolle « weckt der Filz ungeahnte Kreativität und es gibt auch bei Anfängern sehr schnell Erfolgserlebnisse. In diesem Workshop wird die Jahrtausende alte Technik des Filzens erlernt. Wir arbeiten zunächst in der Fläche (z. B. Tischsets, Untersetzer), danach werden wir Hohlformen (z. B. Taschen, Kissenhüllen, Stulpen oder Pantoffeln) filzen. Beim Arbeiten beschäftigen wir uns mit dem Rohmaterial Wolle und lernen die verschiedenen Techniken zur Herstellung von Filzen kennen. Fortgeschrittene Teilnehmer können je nach Kenntnisstand z. B. einen Hut, eine Tasche mit Einbauten, Schals in der Nunotechnik oder andere Ideen verwirklichen. Dieser Filzkurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, da jeder Teilnehmer Objekte seiner Wahl filzen kann. Die Kursleiterin stellt Ihnen Wolle und Arbeitsmaterialien zur Verfügung. Es entstehen Materialkosten von ca. 10,– bis 15,– € je nach Wollverbrauch.
Bitte 3 alte Handtücher mitbringen.

D22210 75,– €
1 Wochenende
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 15:00 Uhr
So, 18.11.2012, 10:00 – 14:00 Uhr
Birgit Wolf, Textilkünstlerin

Plastisches Arbeiten mit Filz

In diesem Kurs werden zwei Grundtechniken des 3-dimensionalen Filzens vorgestellt und in zarte Gefäße, kleine Skulpturen oder dekorative Objekte, wie Schoten und Schalen umgesetzt. Der Kurs soll auch als Experimentierfeld verstanden werden, in dem zufälligen und ungeplanten Ergebnissen Raum gegeben wird. Er ist für Filzeinsteiger und Fortgeschrittene geeignet. Eigene Wolle kann gerne mitgebracht werden, wird aber auch gegen eine Kostenbeteiligung von der Kursleiterin zur Verfügung gestellt.
Bitte mitbringen: zwei größere Handtücher. Pauschale für Arbeitsmaterialien (Folie, Seife …) € 3,– bitte direkt an die Kursleiterin zahlen sowie Materialkosten – je nach Wollverbrauch – ca. € 10,–.

D22220 59,– €
1 Tag, 6.10.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Andrea Noeske-Porada

Komme, was Wolle!

Stricken und Häkeln für Anfänger und Wiedereinsteiger

Haben Sie auch schon sehnsüchtig vor Regalen mit ausgefallenen Garnen gestanden, im Internet die privaten Handarbeits-Blogs verfolgt und sich gewünscht, endlich stricken oder häkeln zu können? Ja, Handarbeiten ist wieder »in«! Wir wollen gemeinsam dieses schöne Hobby erlernen und in geselliger Runde pflegen. Als Anfänger lernen Sie ein Strick- oder Häkelprojekt anzuschlagen und im jeweiligen Grundmuster zu arbeiten. Wenn Sie schon fortgeschritten sind, können Sie z. B. Granny-Squares für kleine oder größere Projekte häkeln oder Socken stricken. Lassen Sie uns bei Kaffee und Tee Ideen entwickeln, austauschen, stricken und häkeln! Garn und Nadeln können Sie mitbringen oder bei der Kursleiterin erwerben.

D22221 24,00 Ustd. 79,– €
8 Nachmittage, ab 1.10.2012
Mo, 16:30 – 18:45 Uhr
Susanne Jung

– Beachten Sie bitte auch die Nähkurse auf den Seiten 18 und 19.

Steinbildhauerei

Grund- und Einführungskurs

Erstellen einer Steinskulptur – Material- und Motivauswahl – Werkzeugkenntnisse und Handhabung – Konstruktives Arbeiten.
Es wird im Freien gearbeitet! Grundwerkzeug wird seitens der vhs zur Verfügung gestellt.
Die Kosten für das Steinmaterial tragen die Teilnehmer/innen.

D23010 48,00 Ustd. 149,– €
BauHof Biebrich, Teplitzstraße 17
12 Nachmittage, ab 24.8.2012
Fr, 16:00 – 19:00 Uhr
Andreas Schmitz

Steinbildhauerei

Sommerkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Nach eigenen Skizzen, Entwürfen oder Tonmodellen wird nach Anleitung eines erfahrenen Steinbildhauers im Freien gearbeitet. Es besteht die Möglichkeit, Reliefs oder Vollplastiken zu erarbeiten bzw. abstrakt oder gegenständlich zu arbeiten.
Das Grundwerkzeug wird von der vhs gestellt. Die Materialkosten für einen mittelgroßen Stein betragen ca. 20,– €; es können auch eigene Steine mitgebracht werden.
Während der Mittagszeit von 13:00 bis 14:00 Uhr darf nicht gearbeitet werden!
Die Kosten für das Steinmaterial tragen die Teilnehmer/innen.

D23030 33,33 Ustd. 115,– €
BauHof Biebrich, Teplitzstraße 17
5 Tage, ab 6.8.2012
Mo-Fr, 10:00 – 16:00 Uhr
Andreas Schmitz

Keramisches Gestalten

für Anfänger und Fortgeschrittene (Kleingruppe mit max. 8 TN)

Gestalten mit Ton im freien Aufbau: alle Techniken der Gefäßkeramik, Reliefs, Plastiken, Figurenkeramik. Einführung in alle Dekortechniken: Polieren, Engobemalerei, Glasieren, Unterglasurmalerei, Aufglasurmalerei, Wachsausspartechniken. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene im keramischen Handwerk geeignet.
Es entstehen Material- und Brennkosten je nach Verbrauch.

D23089 24,00 Ustd. 84,– €
Keramikwerkstatt Casselmann
8 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:00 – 21:15 Uhr
Manuela Casselmann

Gefäß- und Figurenkeramik

Wochenendseminar (Kleingruppe mit max. 8 TN)

Gegenstand des Kurses ist die Erarbeitung von Gefäßen und/oder Figuren aus Ton im freien Aufbau. Sie können Gartenkeramik, Gebrauchskeramik und/oder dekorative Keramiken herstellen. Es soll eine Übersicht über mögliche Arbeits- und Dekorationstechniken gewonnen werden. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene im keramischen Handwerk geeignet. Es entstehen Material- und Brennkosten je nach Verbrauch.
Lehrbuch: Figurenkeramik u. a. (im Kurs erhältlich).

D23091 65,– €
Keramikwerkstatt Casselmann
1 Wochenende
Sa, 29.9.2012, 15:00 – 19:00 Uhr
So, 30.9.2012, 15:00 – 19:00 Uhr
Manuela Casselmann

– Beachten Sie bitte auch das Angebot von Sabine Rosenbach: »Keramik für Kinder« für Kinder und Jugendliche von 6 bis 12 Jahren, Seite 160.

Figürliches Gestalten in Ton

Bildhauerisches Gestalten

Schwerpunkt: Menschliche Figur/Figuration/Hohlformen. Gespür für Proportionen entwickeln, durch spielerischen Umgang mit Ton bewusstes Sehen schulen. Technische Hilfen und komplizierte Techniken werden erläutert und erlernt. Ziel ist die Sicherheit im Umgang mit Ton, um sich auch an schwierigere Formen zu wagen.
Die Teilnehmer/innen tragen die entstehenden Materialkosten von ca. 7,50 bis 15,– € je nach Verbrauch.

D23100 24,00 Ustd. 84,– €
8 Abende, ab 1.11.2012
Do, 19:15 – 21:30 Uhr
Isanna von Perbandt

Musik in Theorie und Praxis

Die Wiesbadener Musikbibliothek stellt sich vor

Lieben Sie Musik? Dann sind Sie bei uns richtig! Entdecken Sie die Musikbibliothek, eine Einrichtung der Stadtbibliotheken Wiesbaden. In 1,5 Stunden führen wir Sie durch unsere Räumlichkeiten. Sie erhalten Einblick in Bestand, Präsentation sowie Recherche-Tipps an unserem Katalog, dem WebOPAC. Schauen Sie herein – wir freuen uns auf Sie. Eintritt frei. Anmeldung bei der vhs erbeten.

D24030
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
1 Abend, 13.8.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr

D24033
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
1 Abend, 8.10.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr

D24035
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
1 Abend, 3.12.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr

Einzelunterricht Gesang
Gesangsunterricht für alle Stilrichtungen (Klassik und Popularmusik) erteilt erfahrene Lehrkraft- staatlich geprüft - mit langjähriger Unterrichtserfahrung. (Probestunde möglich!)
Unterricht für Anfänger & Fortgeschrittene
Infos unter: www.klassikgesang.de
www.gesangsunterricht-wiesbaden.de
Telefon: 06 11-95 99 208
Dominique Litzenbörger
Fichtenweg 3, 65191 Wiesbaden
Anzeige

Jour musical

»Jour musical«, eine Veranstaltungsreihe von Prima la Musica, dem Förderverein der Musikbibliothek Wiesbaden, in Kooperation mit der Volkshochschule Wiesbaden e. V.

The Age of Cage – Credo in WI

Von und mit Jens Barnieck, Klavier
»The Age of Cage« ist eine Veranstaltung im Rahmen von Fluxus 50; bitte zahlen Sie an der Abendkasse der Caligari FilmBühne. Eintritt: € 10,–

D24036V ermäßigt: € 8,–
Caligari FilmBühne, Marktplatz 9
1 Abend, 5.9.2012
Mi, 19:30 – ca. 21:30 Uhr

5. Sinfonie von D. Schostakowitsch

Vortrag von Schülern des LK Musik Gutenberg Gymnasium Mainz

D24037V 5,– €, Abendkasse
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
1 Abend, 7.11.2012
Mi, 18:30 – 19:30 Uhr

Kann (oder soll) Musik schön sein?

Vortrag mit Diskussion
Wir sprechen zwar von einer »schönen« Stimme oder Melodie, einem »schönen« Lied und (Instrumental-) Klang, aber Schönheit ist keine ästhetische Kategorie, die typischerweise auf Musik Anwendung gefunden hat. Der Vortrag wird daher der Frage nachgehen, in welchem Sinn man von Schönheit in der Musik sprechen kann. Dazu werden Klassiker der Musikästhetik ebenso wie die Musikwissenschaft und zeitgenössische Musikpsychologie und Kognitionswissenschaft herangezogen. Die Überlegungen führen u.a. zu Eigenschaften wie Harmonie und Symmetrie, und gewissen Gestaltqualitäten, die für eine Empfindung von »Schönheit« im Hören eine Voraussetzung bilden können. Kann es sein, dass ästhetischer Wert und intensives Erleben von Musik eher auf anderen Eigenschaften beruhen, wie dem Verhältnis von Erwartung und Überraschung, oder den Bezügen zu bereits existierender Musik? Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich, bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D24110V 6,– €
1 Abend, 24.9.2012
Mo, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. Daniel A. Schmicking

Kultur und Kreativität

Musik in Theorie und Praxis

Song-Studio

Alle Teilnehmer der bisherigen Song-Studio-Kurse bestätigen es: Es ist ein großartiges Erlebnis im Chor zu singen, gemeinsam Stücke von den einstimmigen Anfängen, bis zum mehrstimmigen Endergebnis zu erarbeiten und dabei auch eigene Anregungen zum Programm des Chores einzubringen. Machen Sie mit, die Stimme als einziges Instrument, das man immer mit sich herumträgt, zu schulen. Dieser Kurs ermöglicht es Ihnen, Ihren Körper beim Singen kennen zu lernen und zu beherrschen, sowie Ihre Atem- und Stimmtechnik und Konzentration zu verbessern. Sie erfahren das Geheimnis, wie man ganz einfach und natürlich ohne Anstrengung singen kann. Notenkenntnisse sind hilfreich, aber nicht erforderlich, da alle Stücke melodisch und rhythmisch vorgestellt und für jeden nachvollziehbar, gemeinsam »ersungen« werden. Späteinsteiger können auch nach Kursbeginn noch teilnehmen und ihren Beitrag zu Songs und Liedern aus den Bereichen Volksmusik, Musical, Rock-Pop-Schlager und sogar älterer Volksmusik leisten.

D24110 26,67 Ustd. 95,– €
10 Abende, ab 13.9.2012
Do, 19:45 – 21:45 Uhr
Raphaela Weil

Stimmbildung und Singen

Wochenendseminar für Einsteiger

Dieser Kurs ist gedacht für alle, die gerne singen, zu Hause oder im Chor und mehr über das »Wie« erfahren möchten. Wir trainieren anhand von Atem-, Sprech- und Gesangsübungen die entsprechenden körperlichen Funktionen beim Singen. Anschließend setzen wir das Geübte beim Singen von einfachen Kanons und leichter Sololiteratur um. Begrenzte Teilnehmerzahl.

D24140 67,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 14:00 – 18:00 Uhr
Manuela Söhn, Diplom-Gesangspädagogin

Die Farben meiner Stimme

Fortgeschrittene und Einsteiger

Wochenendseminar
Kennen Sie die Möglichkeiten Ihrer Stimme? Wie sie wirken kann im sprachlichen und sängerischen Umfeld? Wie verändere ich Farbe, Klang und Wirkung dieses genialen Kommunikationsmittels? Stimme schafft Vertrauen, sie setzt sich durch, sie weckt Emotionen! Wichtigste Voraussetzung: Freude am Singen, an der Musik und eine Portion Mut, sich auf Neues, Fremdes und sein Gegenüber ein zu lassen! Außerdem wäre es schön, wenn Sie eigene Literatur, Noten oder Lieder mitbringen, die wir dann gemeinsam »verbessern« können.

D24141 67,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 14:00 – 18:00 Uhr
Manuela Söhn, Diplom-Gesangspädagogin

Für mich soll's rote Rosen regnen

Chansons singen

Wochenendseminar
»Für mich soll's rote Rosen regnen«, wollen wir das nicht alle? – Das deutsche Chanson ist zeitweise in Vergessenheit geraten, und wir wollen gemeinsam diese schönen und unterhaltsamen Texte wieder aufleben lassen. Lassen Sie uns die musikalische Reise in einer netten musikalischen Gruppe gemeinsam mit mir anzutreten! Hildegard Knef, Marlene Dietrich, Ernst Reuter, Georg Kreisler und viele mehr, jeder hat die Möglichkeit sich in den unterschiedlichsten Texten zu verlieren – von traurig und melancholisch, über fröhlich und heiter, bis hin zum Kaputtlachen. Besitzen sie ein wenig Noten und Singerfahrung, dann trauen sie sich! Humor, Witz und ein wenig Augenzwinkern sollten Sie mitbringen. Alles andere lassen Sie einfach auf sich zukommen.

D24150 67,– €
1 Wochenende
Sa, 6.10.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 7.10.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Annette Kuhn

Beachten Sie bitte auch folgende Veranstaltung; Informationen Seite 24.

Soirée:

Fräulein Helen', der schöne Sigismund und Theodor

Schlager, Lieder und Texte der 20er bis 60er Jahre mit passendem Buffet Kultur & Kulinarik. Gesungen und gelesen von Emilia Blumenberg, am Klavier Andreas Larbig

D20330 1 Abend, 22.9.2012, Sa, 19:30 – 22:00 Uhr 29,– €

Gitarre 1

Gitarre für »absolute Beginner«. Es gibt nur eine Voraussetzung: Spaß am gemeinsamen Musizieren. Wir lernen Noten, leichte Melodien, erste Akkorde, üben die Wechselschlagtechnik, erwerben erste harmonische Grundkenntnisse für die Songbegleitung und beginnen mit einem einfachen Blues.
Notenkenntnisse sind nicht Vorbedingung. Mindestalter 16 Jahre. Zur erfolgreichen Teilnahme ist es unbedingt erforderlich, täglich mindestens 30 Minuten zu üben! Teilnehmer ohne Instrument warten bitte mit dem Kauf einer Gitarre bis zur Beratung in der ersten Unterrichtsstunde. Begrenzte Teilnehmerzahl!

D24300 20,00 Ustd. 125,– €
10 Nachmittage, ab 24.8.2012
Fr, 15:00 – 16:00 Uhr
Zoltan Magyar

D24301 20,00 Ustd. 125,– €
10 Nachmittage, ab 24.8.2012
Fr, 17:00 – 18:00 Uhr
Zoltan Magyar

Benutzt wird das Lehrbuch (bitte zur 1. Stunde mitbringen): »Gitarre spielen – mein schönstes Hobby«, Rolf Tönnes Schott Edition 9475 – 01 (+ DVD Bestell-Nr. SMS 121). Nicht in der Kursgebühr enthalten.

Gitarre 2

Voraussetzung einer erfolgreichen Teilnahme sind die erworbenen Fähigkeiten des Kurses Gitarre 1. Wir spielen 2- bis 4-stimmige Akkordzerlegungen, Fingerpickings, Barré-Akkorde und Pop-Songs

D24305 20,00 Ustd. 125,– €
10 Nachmittage, ab 24.8.2012
Fr, 16:00 – 17:00 Uhr
Zoltan Magyar

Gitarre 3

Erweiterte Liedbegleitungen, Blues, Popsongs, Solostücke.

D24310 20,00 Ustd. 125,– €
10 Nachmittage, ab 27.8.2012
Mo, 16:30 – 17:30 Uhr
Zoltan Magyar

Gitarre 4

Erweiterte Akkordbegleitungen, Blues, Popsongs, Solostücke.
Benutzt wird das Lehrbuch: Gitarre spielen – mein schönstes Hobby Band 2 Rolf Tönnes, Schott Edition ED 9974.

D24311 20,00 Ustd. 125,– €
10 Abende, ab 27.8.2012
Mo, 17:30 – 18:30 Uhr
Zoltan Magyar

Gitarre

Fortgeschrittene

Voraussetzung gitarristische und musikalische Fähigkeiten wie: Notenkenntnisse, Fingerpicking, Note locations, Akkordaufbau, Scales. Teilnahme an diesem Kurs für Neueinsteiger bitte nach Rücksprache mit dem Dozenten: 06 11/30 97 68.

D24320 20,00 Ustd. 125,– €
10 Abende, ab 27.8.2012
Mo, 18:30 – 19:30 Uhr
Zoltan Magyar

Der Gitarrenunterricht bei Zoltan Magyar findet montags bzw. freitags an 10 Nachmittagen bzw. Abenden und für alle Kurse gemeinsam am Sonntag, 11.11.2012, 14:00 – ca. 19:00 Uhr statt.

The world of the Jazz Guitar

Workshop

Dies ist ein spezieller Kurs für alle Gitarristen die gerne ihren Horizont erweitern möchten. Nachdem ein Musiker sich die Spielarten des Pop, Rock und Blues erarbeitet hat, ist der nächste logische Schritt sich dem Jazz anzunähern. Der Engländer Colin Frost aus Liverpool bietet diesen Workshop an, um dem neugierigen und lernenden Gitarristen auf die nächste Verständnisebene zu helfen. Bitte beachten Sie, dass der Workshop großteils in englischer Sprache gehalten wird.

D24322 29,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Colin Charles Frost

Trommeln

für Anfänger/innen

Trommeln ist pure Lebensfreude, Temperament, Leidenschaftlichkeit und Dynamik – egal ob Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien gespielt werden. Sie bringen selbst den Faulsten dazu, sich zu bewegen und schaffen ohne große Worte ein Gemeinschaftsgefühl, das heute manchmal fehlt.
In dem Kurs werden wir traditionelle Rhythmen im Ensemble kennen lernen. Es werden die spezifischen Spieltechniken der afrikanischen Djembe, Congas, Bongos, Basstrommel und Kleinpercussion geübt und vertieft und Arrangements erarbeitet. Mit Hilfe der vorhandenen Instrumente können rhythmisch-motorische Abläufe eingeübt wer-

den, die einmal Koordinationsprobleme lösen helfen, den Aggressionsabbau fördern und gleichzeitig den Zugang zur Musik erleichtern. Vor dem Kauf eines neuen Instruments bitte unbedingt beraten lassen bzw. am 1. Kurstermin (es können auch verschiedene Instrumente ausprobiert werden):
cfreitas_drums@gmx.de oder
o 69/37 10 87 10
Bitte eigene Trommel/n mitbringen!
D24325 15,00 Ustd. 58,– €
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:45 – 19:30 Uhr
Cid de Freitas

Trommeln
mit Vorkenntnissen
Egal ob Rhythmen aus Afrika, der Karibik oder Brasilien gespielt werden, Sie erleben pure Lebensfreude, Temperament und Dynamik. Der Bewegungsdrang des Menschen kann in unserer Hochtechnisierten Welt kaum noch ausgelebt werden. Die Folgen sind fremdes Gefühl zum eigenen Körper und schlechte Koordinierung der Bewegungsorgane. In diesem Kurs werden wir traditionelle afrikanische, afro-brasilianische, afro-karibische Rhythmen im Ensemble spielen. Es werden die spezifischen Trommel-Spieltechniken auf Congas, Bongos, Djembe, Basstrommeln und Kleinpercussion geübt und vertieft.
Der Kurs beinhaltet schlagtechnische Übungen, Ensemblespiel, Timing sowie komplexere Rhythmen und Arrangements.
Bitte eigene Trommel/n mitbringen!
D24326 25,00 Ustd. 88,– €
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:45 – 21:00 Uhr
Cid de Freitas

Afro-Latin- & Brasil-Beat-Workshop
für Einsteiger/innen und Geübte
Dichte Trommelrhythmen überschneiden sich und spielen miteinander, der Pulsschlag der Basstrommeln bildet das Fundament – jeder Rhythmus packt einen auf andere Weise – SAMBA! Wir wollen uns in diesem Workshop zu einer rhythmischen Entdeckungsreise aufmachen, um die Lebensfreude der AFRO-SAMBA-Rhythmen aus Brasilien kennen zu lernen. Anfänger/innen werden einfache Rhythmen mit Congas, Bongos, Timbas, Tamborins, Ganzás, Ago-gos… im Ensemble näher gebracht. Geübte Trommler/innen können außerdem komplexere Rhythmen und Solo-Phrasen lernen. Basstrommeln, Kleinpercussion und Lachen werden uns begleiten und vor allen Dingen:
Wir werden Spaß beim gemeinsamen grooven in der Gruppe haben!
Vor Kauf eines neuen Instruments bitte unbedingt beraten lassen (es können auch verschiedene Instrumente ausprobiert werden):
cfreitas_drums@gmx.de
oder (o 69) 37 10 87 10
Bitte eigene Instrumente mitbringen.
D24330 39,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Cid de Freitas

Didgeridoo
Ein Bau-, Mal- und Spielseminar mit Entspannung
D22065 68,– €
1 Tag, 4.11.2012
So, 9:30 – 19:00 Uhr
Ulrich Soppa
Nähere Informationen auf Seite 38

Klangmassage und Klangentspannung
D85680 8,67 Ustd. 40,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:30 Uhr
J. H. David Brenner
Nähere Informationen auf Seite 143.

Fotografie und Video

Fotobuchgestaltung
Fragen Sie sich auch nach jedem Urlaub, wohin mit den ganzen Digitalfotos? Oder haben Sie auch schon mal bei Freunden ein Fotobuch bewundert und sich gefragt wie macht man das nur? Oder Sie möchten gerne etwas sicherer im Gestalten von Fotobüchern werden und erfahren wie man aus den eigenen Fotos einen anspruchsvollen Bildband macht?
Dieser Kurs bietet Anfängern und Wiederholungstätern einen Leitfaden zur Gestaltung von Fotobüchern. Wir zeigen Ihnen unter anderem wie man den richtigen Anbieter findet und wie es funktioniert, wie man ein Fotobuch konzipiert und worauf es bei der Layoutgestaltung ankommt. Machen Sie das Beste aus Ihren Fotos, lassen Sie Ihre Freunde nach dem nächsten Urlaub sagen »Wow« statt »ganz hübsch«. Wer schon einmal ein Fotobuch gemacht hat, sollte es als Beispiel mitbringen.
D25005 9,00 Ustd. 37,– €
3 Abende, ab 30.10.2012
Di, 19:00 – 21:15 Uhr
Gaby Rotermund

Fotografie Gestaltung und Technik I
Einführungskurs
Dieser Kurs richtet sich sowohl an Anfänger mit Hobby-Absichten als auch an Teilnehmer, die sich auf ein gestalterisches Studium vorbereiten wollen, ebenso an Amateurfotografen mit Vorkenntnissen. Er gilt für analoge und digitale Fotografie gemeinsam. Besprochen werden hauptsächlich gestalterische Themen, Kompositionslehre, Farbe, Licht, Bildwirkung, Bildfehler und Motive. Am Beispiel einer einfachen Spiegelreflexkamera erfahren wir, wie eine Kamera funktioniert. Blende, Belichtungszeit, Schärfentiefe, Blitzaufnahme etc. sind am Ende keine Unbekannten mehr. Der Kurs eignet sich natürlich auch für »Digital-Fotografen«. Die technischen Besonderheiten der digitalen Fotografie werden in einem Extra-Kurs vermittelt (Grundlagen der digitalen Fotografie **D25050**, **D25060, D25065** und **D25066**).
Bitte mit dem eventuellen Kauf einer neuen Kamera bis zur Beratung im Kurs warten.
D25010 21,00 Ustd. 85,– €
9 Abende, ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:45 Uhr
Axel Himburg

D25020 85,– €
1 Wochenende
Fr, 31.8.2012, 20:15 – 21:45 Uhr
Sa, 1.9.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
So, 2.9.2012, 12:00 – 19:00 Uhr
Axel Himburg

D25025 85,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 20:15 – 21:45 Uhr
Sa, 13.10.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
So, 14.10.2012, 12:00 – 19:00 Uhr
Axel Himburg

D25030 85,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 20:15 – 21:45 Uhr
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
So, 4.11.2012, 12:00 – 19:00 Uhr
Axel Himburg

D25032 85,– €
1 Wochenende
Fr, 23.11.2012, 20:15 – 21:45 Uhr
Sa, 24.11.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
So, 25.11.2012, 12:00 – 19:00 Uhr
Axel Himburg

D25035 85,– €
1 Wochenende
Fr, 14.12.2012, 20:15 – 21:45 Uhr
Sa, 15.12.2012, 10:00 – 19:00 Uhr
So, 16.12.2012, 12:00 – 19:00 Uhr
Axel Himburg

Fotografie – Gestaltung und Technik II
Aufbaukurs, Exkursionen und Bildbesprechungen
Jetzt wird praktisch geübt; es gibt Exkursionen mit Bildbesprechungen. Vertiefung und Übung der im Einführungskurs erworbenen Kenntnisse und Fertigkeiten. Exkursionen, praktische Tipps und Hilfen beim Fotografieren. Termine für die Exkursionen werden endgültig am ersten Abend abgesprochen. Nach jeder Exkursion findet montags/dienstags/mittwochs ein Besprechungsabend statt.
D25040 27,00 Ustd. 85,– €
4 Abende, ab 26.11.2012
Mo, 20:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

D25041 27,00 Ustd. 85,– €
4 Abende, ab 27.11.2012
Di, 20:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

D25042 27,00 Ustd. 85,– €
4 Abende, ab 28.11.2012
Mi, 20:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

3 Exkursionen; voraussichtliche Termine: Sa, 1.12. (vorm.), Sa, 8.12. (nachm.), Do, 13.12. 2012 (abends), (jeweils 4 UStd.). Genaue Absprache am ersten Abend.

Kultur und Kreativität
Fotografie und Video

Grundlagen der digitalen Fotografie
Besonderheiten der Digitalfotografie
(digitale Ergänzung zu Foto 1)
Digitalkameras sind komplizierter, als man dachte. Mancher ist von den Bildern enttäuscht. Dieser Kurs bringt Klarheit, erklärt digitales Basiswissen und gibt Tipps im Umgang mit der Digitalfotografie oder hilft bei Kaufabsichten. Wie viel Megabyte für welche Fotogröße? Was ist sinnvoll an der Kamera? Warum klappt manches nicht? Auf was sollte ich achten? Was ist beim speichern zu bedenken? Wann ist digital sinnvoll? Vor- und Nachteile digital/analog. Begriffe wie z. B. Weißabgleich, Pixel, rgb, cmyk, digitales Rauschen, bit, byte usw. werden erläutert.
Der Kurs kann nicht die Auseinandersetzung mit der Bedienungsanleitung oder das Gespräch mit dem Fotohandel ersetzen, aber erheblich erleichtern. Er ist die »digitale« Ergänzung zum Grundkurs Fotografie (Fotografie – Gestaltung und Technik I), in welchem die allgemeinen fotografischen Grundlagen für analoge und digitale Fotografie vermittelt werden.

D25050 **25,– €**
1 Abend, 10.9.2012
Mo, 17:30 – 21:30 Uhr
Axel Himburg

D25060 **25,– €**
1 Abend, 1.10.2012
Mo, 17:30 – 21:30 Uhr
Axel Himburg

D25065 **25,– €**
1 Abend, 29.10.2012
Mo, 17:30 – 21:30 Uhr
Axel Himburg

D25066 **25,– €**
1 Abend, 19.11.2012
Mo, 17:30 – 21:30 Uhr
Axel Himburg

– Beachten Sie bitte auch die Bildbearbeitungskurse auf Seite 82.

Fotografie spezial
Motiv Mensch
Je nach Wetter werden drinnen oder draußen verschiedene Möglichkeiten ausprobiert, Menschen zu fotografieren. In kleinen Gruppen können an verschiedenen Plätzen Erfahrungen gesammelt werden, wie man die eigene Bildidee realisiert. Belichtungstechnik, Umgang mit natürlichem und künstlichem Licht, Komposition, Styling, Schauspielerei vor der Kamera. In diesem Kurs lernen wir die Umsetzung eines Bildes von der ersten Idee bis zum fertigen Bild. Dabei inszenieren sich die Teilnehmer/innen in Gruppen gegenseitig; probieren aus, mit fotografischen Mitteln eine geplante Stimmung zu erzeugen, einen bestimmten Charakter fotografisch zu betonen. Voraussetzung: Grundkurs Fotografie I (Fotografie II empfehlenswert).

D25067 85,– €
Mi, 12.9.2012, 19:00 – 22:00 Uhr;
Sa, 15.9.2012, 10:00 – 19:00 Uhr;
Mi, 19.9.2012, 19:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

Fotografie spezial
Aktfotografie
In kleinen Gruppen werden erste Erfahrungen gesammelt, den menschlichen Körper fotografisch, vor allem mit Hilfe von Komposition und Licht zu einem gelungenen Bild zu machen. Nach einem theoretischen Vorbereitungsabend steht die Arbeit mit einem Modell im Mittelpunkt und wird durch eine anschließende Bildbesprechung abgerundet.
Voraussetzung:
notwendig: Teilnahme an Fotografie – Gestaltung und Technik 1
empfehlenswert: Teilnahme an Fotografie – Gestaltung und Technik 2.
Bitte mitbringen: Schreibzeug, Kamera-Ausrüstung; Rest wird am ersten Abend besprochen

D25068 195,– €
Do, 15.11.2012, 19:00 – 22:00 Uhr;
So, 18.11.2012, 10:00 – 19:00 Uhr;
Do, 22.11.2012, 19:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

Fotografie spezial
Die Brücken am Fluss
Zwei Foto-Exkursionen
An diesem Wochenende sind wir zweimal fotografisch unterwegs: Samstag geht es nach Heidelberg, am Sonntag dann nach Frankfurt a. M. Dort jeweils entlang der Gewässer. Ähnlich wie die Exkursionen in den Kursen Fotografie II wird in Gruppen praktisch geübt, Motive zu entdecken und fotografisch umzusetzen. Der Kurs ist als Seminar vor Ort organisiert, d. h. um die An- und Abreise kümmert sich jeder selbst (Fahrgemeinschaften möglich). Es wird versucht, eine Ausstellung zu organisieren. Im Falle einer Ausstellung entstehen Materialkosten für Papierabzüge (vermutlich ca. 30 × 45 cm) und Passepartouts.
Voraussetzung: Grundkurs Fotografie I (Fotografie II empfehlenswert).

D25069 82,– €
Do, 27.9.2012, 19:00 – 22:00 Uhr;
Sa, 29.9.2012, 16:00 – 21:00 Uhr;
So, 30.9.2012, 16:00 – 21:00 Uhr;
Do, 4.10.2012, 19:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

Fotografie spezial
Kreative Belichtung in der Dunkelheit
Malen mit Licht! Hier wird fotografisch experimentiert. In diesem Kurs wollen wir die Möglichkeiten ausreizen, mehr aus den Blitzgeräten der Kamera herauszuholen sowie mit Taschenlampen oder externen Blitzgeräten experimentieren. In kleinen Gruppen lernen wir originelle und kreative Möglichkeiten kennen, Gegenstände oder Menschen ungewöhnlich zu fotografieren, geheimnisvolle Stimmungen mit ungewöhnlicher Belichtungstechnik zu erreichen, z. B. Langzeitbelichtungen, Doppelbelichtungen, »Geisterbilder«, fotografische Doppelgänger.
Voraussetzung: Grundkurs Fotografie I (Fotografie II empfehlenswert).

D25085 85,– €
Mi, 14.11.2012, 19:00 – 22:00 Uhr;
Sa, 17.11.2012, 13:00 – 22:00 Uhr;
Mi, 21.11.2012, 19:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

Fotografie spezial
Studio-Fotografie
Der Kurs gibt eine erste Übersicht in Sachen Studiotechnik, erörtert auch kostengünstige Möglichkeiten für die eigenen vier Wände, und bietet die Möglichkeit, einmal selbst unterschiedliche Gerätschaften auszuprobieren. Vor- und Nachteile unterschiedlicher Beleuchtungstechnik, Tipps im Umgang mit den Geräten, und die Wirkung im Bild. Nach einer theoretischen Einführung steht das Ausprobieren im Mittelpunkt, eine abschließende Bildbesprechung rundet den Workshop ab.
Voraussetzung:
notwendig: Teilnahme an Fotografie – Gestaltung und Technik 1
empfehlenswert: Teilnahme an Fotografie – Gestaltung und Technik 2.
Bitte mitbringen: Schreibzeug, Kamera-Ausrüstung, Rest wird am ersten Abend besprochen

D25086 85,– €
Do, 13.9.2012, 19:00 – 22:00 Uhr;
So, 16.9.2012, 10:00 – 19:00 Uhr;
Do, 20.9.2012, 19:00 – 22:00 Uhr
Axel Himburg

Digital filmen
Mein Camcorder und ich
Einführungsnachmittag
»Videofilmen ist kinderleicht« verspricht die Werbung. Die Praxis zeigt allerdings schon beim Auspacken, dass es gar nicht so einfach ist. Eine Vielzahl von Menüs, Knöpfen und Funktionen bieten moderne Camcorder. Die Bedienungsanleitung ist ein dickes Buch mit sieben Siegeln. Welche Funktionen brauchen Hobby-Filmer/innen wirklich und wo sind sie an der Kamera versteckt? Der Kurs richtet sich an Einsteiger/innen, die ihre Kamera besser kennen lernen wollen.
Bitte Videocamera, Gebrauchsanweisung und geladene Akkus mitbringen.

D25200 30,– €
1 Nachmittag, 5.10.2012
Fr, 15:00 – 18:45 Uhr
Harald Kuntze

Video
Vom gelungenen Dreh zum perfekten Schnitt
Wochenendseminar
Digitale Camcorder bieten brillante Bildqualität. Die technische Qualität alleine macht aber keinen guten Film. Wie komme ich zu gelungenen Aufnahmen und einem interessanten Film? Wie lang sollten einzelne Einstellungen sein, welche Perspektiven wähle ich, wie wirken Totale und Naheinstellungen, was ist mit dem Ton, wie bereite ich den Schnitt schon beim Drehen vor, welche Besonderheiten hat der digitale Schnitt, was können Schnittprogramme? Fragen, die im Lauf des Kurses in Theorie und Dreh-Praxis behandelt werden. Auch der Schnitt am PC kommt am zweiten Tag nicht zu kurz. Im Kurs arbeiten wir mit dem Schnittprogramm »Pinnacle Studio«. Für Einsteiger ist der Besuch des Kurses »Digital Filmen für Einsteiger« erforderlich.
Camcorder und Bedienungsanleitungen am Samstag bitte mitbringen!

D25210 60,– €
1 Wochenende
Fr, 23.11.2012, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa, 24.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Harald Kuntze

fluxus 50
1962–2012 FLUXUS IN WIESBADEN

"ART IS AS ART COMES."

BEN VAUTIER

Kunstfestival 2012 in Wiesbaden mit Ausstellungen, Performances, Konzerten, Lesungen, Theater, Filmen und Live Dokumentationen.

Nam June Paik © Hartmut Rekort, Archiv Sohm

—
—

BETEILIGTE INSTITUTIONEN:

Bellevue-Saal-Verein,
Caligari Filmbühne,
Hessisches Staatstheater Wiesbaden,
Kunsthaus Wiesbaden,
Künstlerverein Walkmühle,
Literaturhaus Villa Clementine,
Museum Wiesbaden,
Musikbibliothek,
Nassauischer Kunstverein,
Schloss Freudenberg,
Stadtmuseum Wiesbaden,
Wi & You im Amt für Soziale Arbeit

www.fluxus50wiesbaden.de

WIESBADEN
Kulturamt
GEFÖRDERT DURCH DIE
KULTURSTIFTUNG DES BUNDES

Kultur im Miteinander

Die Kunst des Jonglierens

Jonglagen für Anfänger und Profis

Schlüsselerlebnissen der Kindheit, z. B. Laufen oder Sprechen lernen, wird mit dem Jonglieren lernen ein neuer, sehr subtiler und feinstofflicher Meilenstein als spätes Schlüsselerlebnis hinzugefügt. Beim Jonglieren wird durch das Verschwinden von Gedanken erst die notwendige Wachheit und hundertprozentige Aufmerksamkeit erreicht. Hierbei flirtet die linke mit der rechten Gehirnhälfte. »Wenn die Bälle fliegen, wachsen auch der Seele Flügel.« Jonglieren durchbricht senkrecht das Denken und befreit von dem Gefühl für Zeit.
Genau das Richtige für den Feierabend, Freitagabend – die ideale Einstimmung zum Wochenende!

D26200 8,00 Ustd. 49,– €
vhs, Haus C
4 Abende, ab 9.11.2012
Fr, 19:30 – 21:00 Uhr
Sumi Krupp

Sicher und erfolgreich auf jedem Parkett

Stil und Etikette

In diesem Seminar sollen zunächst die wichtigsten Punkte der modernen Umgangsformen vermittelt bzw. vertieft werden. Mit zunehmender Sicherheit und Souveränität wird Ihr Auftreten überall stilvoller und somit erfolgreicher. Wichtige Themenbereiche sind unter anderem: Moderne Etiketteregeln allgemein – Tischetikette – das äußere Erscheinungsbild (Körpersprache, Outfit Dress-Codes) – der freundliche Empfang (begrüßen, vorstellen, auf Fremde zugehen) – Small Talk – Teamwork statt Mobbing. Das Seminar wird in Form eines Dialoges mit allen Beteiligten geführt – die Zeiten, in denen man verstaubte und einseitige Regeln mit erhobenem Zeigefinger vermittelte, sind zum Glück vorbei. Mittels nachgestellter Situationen werden alle Teilnehmer/innen spielerisch moderne Etikette verinnerlichen. Zum Ausklang des Seminars ist um ca. 17 Uhr im Biebricher Schloss zur Vertiefung der »Tischetikette« ein gemeinsames Essen geplant (Speisen und Getränke nicht im Preis inbegriffen). Frau Feit ist zertifizierte Repräsentations-Trainerin für Takt und Stil.

D26251 59,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 12:00 – 19:00 Uhr
Jutta Feit

Schachseminar

für Einsteiger und bisherige Teilnehmer

Wollten Sie nicht schon immer einmal das Schachspielen lernen? In lockerer Atmosphäre werden Sie mit dem Wert der Figuren, deren Zugmöglichkeiten und den Regeln spielerisch vertraut gemacht. Lassen Sie sich von der Eröffnungsvielfalt, von den zahlreichen strategischen und taktischen Möglichkeiten überraschen, lernen Sie die »goldenen Regeln« der Eröffnung, oft gestellte Fallen geschickt zu umgehen und die vielfältige Endspielpraxis kennen. Nebenbei erhalten Sie interessante Einblicke in die Entwicklung von den Wurzeln bis zur Gegenwart dieses faszinierenden Spiels. Vor Beginn des Seminars erhalten Sie Begleitmaterial.
Das Seminar wird von einem erfahrenen C-Schachtrainer unter Nutzung moderner Kommunikationsmittel geleitet.

D26401 16,00 Ustd. 65,– €
8 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 17:30 – 19:00 Uhr
Hans-Peter Jakob, Dipl.Ing.

– Beachten Sie bitte auch das Angebot von Hans-Peter Jakob, »Schach – ein schönes Spiel« für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren, Seite 162.

Kultur und Kreativität

Whisky, Wein und mehr

Whisky, Wein und mehr

Der schottische Malt-Whisky

Eine Einführung in das »Wasser des Lebens«

Dieses Seminar möchte einen Einstieg in die Vielfalt der schottischen Whiskys vermitteln und erkennen helfen, wie man die »Spreu vom Malt« trennt.
Da es keine zwei Malt-Whiskys gibt, die sich gleichen, wird das Herausfinden der jeweiligen Individualität nicht nur zum Genuss, sondern gleichzeitig zu einer Reise durch die traditionellen Herstellerregionen Schottlands und ihrer Geschichte.
Dieser Kurs klärt Wissenswertes von der Herstellung bis hin zur Lagerung des Malt-Whisky, gewährt aber auch Einblicke in die Kultur, Musik und Sprache des vielseitigen Landes.
Proben einer jeden Herstellerregion lockern die Theorie auf.
Die Getränkekosten sind in der Kursgebühr enthalten.

D27110 59,– €
1 Nachmittag, 26.1.2013
Sa, 13:30 – 19:30 Uhr
Ute Mügge-Lauterbach, M.A.

Wein und Käse aus Frankreich

Kennen Sie den Witz? Es gibt nur zwei Dinge, die Gott nicht weiß: Wie viele Frauenorden existieren und wie viele Käsesorten es in Frankreich gibt. Die Kombination »Käse und Wein aus Frankreich« ist seit Jahren ein Klassiker, an diesem Abend wollen wir uns auf einige Sorten konzentrieren und dazu den passenden Wein finden. Wir laden Sie auf eine kulinarische Rundreise durch Frankreich ein. Wir werden leckere Käsesorten verkosten mit den dazu passenden Weinen! Neben den berühmten Regionen Champagne, Loire und Burgund wird es auch einige Abstecher in weniger bekannte Gegenden geben
– lassen Sie sich überraschen!
Gebühr inklusive Weinen und Käse.

D27155 49,– €
1 Abend, 9.11.2012
Fr, 18:00 – 21:00 Uhr
Gregor Mathey,
IHK-geprüfter Sommelier

Amici miei – Bekanntes und Unbekanntes aus Italiens Weinwelt

Wir werden vermeintlich Bekanntes und gänzlich Unbekanntes zusammen probieren und uns auf eine Reise nach Italien begeben. Es gibt rund 400 zugelassene Rebsorten (von über 2000), die ein sehr hohes Niveau bieten, von denen viele in Deutschland nicht bekannt sind. Hintergründe zur Herstellung, Tradition und Sensorik sind fester Bestandteil des gemeinsamen Detektivspiels. Neugierig und offen lautet hier für Sie die Devise und so viel können wir versprechen: Es wird sich lohnen und Sie werden neue Seiten von Italien kennenlernen! Dazu reichen wir die entsprechenden kulinarischen Kleinigkeiten von salzig bis süß. Freuen Sie sich auf einen Streifzug durch das Land, in dem die Zitronen blühen und die Träume beginnen. Verkostet werden ca. 12 Weine.
Gebühr inklusive Weinen und kulinarischen Köstlichkeiten.

D27160 49,– €
1 Abend, 29.9.2012
Sa, 18:30 – 21:30 Uhr
Gregor Mathey, IHK-geprüfter Sommelier, Christian Mappala

Weinwissen kompakt

In diesem Kurs erfahren Sie die wichtigsten Dinge, die Sie über Wein wissen sollten. Das ist Ihr Start in die Welt der Weine. Sie lernen:
– wichtige Weintypen und -stile kennen und unterscheiden
– die Grundlagen der professionellen Weinverkostung
– die Sprache der Etiketten dechiffrieren
– zeitgemäßes Wein-Handling (einkaufen, lagern, temperieren, servieren…)
– Wein und Speisen kombinieren
– verkosten, verkosten, verkosten…
Bitte mitbringen: Zwei Weingläser; Wasser und Brot nach Bedarf.
Gebühr inkl. Weinen.

D27200 55,– €
1 Sonntag, 25.11.2012
15:00 – 18:00 Uhr
Dr. Wolfgang Staudt

Weinsensorik

Weinsensorik bedeutet das Wahrnehmen eines Weines mit allen verfügbaren Sinnen: Die Farbe, der Duft, der Geschmack, die Temperatur, die Konsistenz, die Säuren und die Gerbstoffe. Alle diese Eigenschaften und Inhaltsstoffe wirken unterschiedlich und führen zu verschiedenen Sinnesempfindungen. Ziel des Seminars ist: Einerseits Ihr Geruchsvermögen zu schulen und zu verfeinern. Andererseits werden Sie Ihr Repertoire der für Sie wieder erkennbaren Düfte und Gerüche erweitern können. Neben der Verkostung von ca. 15 Weinen werden verschiedene, nicht nur sprachliche Ausdrucksformen für den sinnlichen Reiz vorgestellt. Verkostungsspiele, Aromavergleiche und der Austausch darüber sind weitere Bestandteile des Seminars. Gläser werden aufgrund der besonderen Erfordernisse bereit gestellt.

D27250 55,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Gregor Mathey,
IHK-geprüfter Sommelier

Rezepte mit Balsamico und Honig

eine sinnliche Reise durch Florenz und seine Küche mit passenden Weinen – Praktischer Kochworkshop & Kunst und Wein

Ein den Gaumen verführender Nachmittag! Sowohl in den Antipasti (Vorspeisen), Contorni (Beilagen der Hauptspeise) und im Dessert liefern sich Balsamico und Honig ein Duell der Sinnesfreuden, begleitet von typischen Weinen der Toskana. Erzählungen aus dem Florenz der Renaissance geben Einblick in eine Zeit, in der die Kultur des »Symposiums« wiederbelebt wurde.
Kosten für Speisen und Getränke sind in der Kursgebühr enthalten.
Bei Bedarf bitte eigene Schürze und Schreibunterlagen mitbringen.

D27259 59,– €
Küche&Co im Europaviertel, Walter-Hallstein-Straße 5
1 Abend, 3.11.2012
Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Kirsten Herold, Gregor Mathey,
IHK-geprüfter Sommelier

Toskanische Weine und Focaccia, Pizza & Co

Weinseminar & Praktischer Kochworkshop

Bei diesem Weinseminar werden sieben toskanische Weine aus biologisch-ökologischem Anbau verkostet und besprochen. Der Klassiker aus der Sangiovese-Traube ist der Chianti, der in einer gehobenen Variante vorgestellt wird. Auch die weiteren Weine präsentieren sich auf einem gaumenschmeichelnden Niveau. Dazu backen Sie Ihre Ciabatta aus selbst angesetztem Weizen-Sauerteig, daraus Crostini, die mit Geflügelleberpastete und als Bruschetta, dem typischen italienischen Antipasto, serviert werden. Des weiteren backen Sie selbst Ihre Focaccia bianca und rossa sowie Pizze mit Steinpilzen und Radicchio, Speck und Trüffelöl, die während des Seminars gemeinsam mit den Weinen genossen werden. Den Abschluss bilden selbst hergestellte Cantuccini mit Vin Santo.
Eine Einführung in die Kultur und Kunstwerke der Region ergänzt die kulinarische Reise in das Herz Italiens mit seinen berühmten Anbaugebieten, wie z. B. des Chianti in den Colli senesi zwischen Siena und Florenz.
Kosten für Speisen und Getränke sind in der Kursgebühr enthalten.
Bei Bedarf bitte eigene Schürze und Schreibunterlagen mitbringen.

D27260 59,– €
Küche&Co im Europaviertel, Walter-Hallstein-Straße 5
1 Abend, 17.11.2012
Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Kirsten Herold, Gregor Mathey,
IHK-geprüfter Sommelier

– Beachten Sie bitte auch unsere Sprachkurse in Italienisch, Seiten 107 und 108, , u.a.
Neu: Fit für Italien! A1
D71400, 7 Abende,
ab 5.9.2012, Mi, 18:30 – 20:30 Uhr
Pietro Pitruzzella

Die Emirate zwischen Tradition und Moderne

Praktischer Kochworkshop

Mit diesem Seminar möchte sie entführen in den Orient mit Speisen, die wir selber zubereiten und Gewürzen, die uns fremd und exotisch sind. Dabei werden Sie auch erfahren, wie das Leben in den Emiraten ist: eine Männer- und eine Frauengesellschaft, Hochhäuser, Sanddünen und Oasen, Kamele, viel Sand und wenig Wasser. Ein Leben, Bilder und Speisen, die man sich hier zu Lande nur schwer vorstellen kann. Wir werden zusammen einen orientalischen Abend verleben mit Datteln und Tee, verschiedenen landestypischen Spezialitäten und vielem mehr.
Kosten für Speisen und Getränke sind in der Kursgebühr enthalten.
Bei Bedarf bitte eigene Schürze und Schreibunterlagen mitbringen.

D27261 59,– €
Küche Herweck,
Kaiser-Friedrich-Ring 96
1 Abend, 28.9.2012
Fr, 18:30 – 21:30 Uhr
Marion Befeld

– Beachten Sie bitte auch die Kochkurse auf den Seiten 123 – 125.

Besuch in der Henkell & Co. Sektkellerei KG

Erleben Sie eine interessante Führung durch das repräsentative Gebäude der Sektkellerei Henkell. Eine prickelnde Sektprobe rundet das Programm ab.
Treffpunkt: Henkell & Co. Sektkellerei KG, Biebricher Allee 142, Eingangsbereich Marmorsaal, 10 Min. vor Führungsbeginn.
Für diese Führung ist unbedingt eine Anmeldung bei der vhs erforderlich.

D27410 7,– €
1 Nachmittag, 4.9.2012
Di, 14:00 – 16:00 Uhr

D27420 7,– €
1 Nachmittag, 31.10.2012
Mi, 14:00 – 16:00 Uhr

D27430 7,– €
1 Nachmittag, 12.11.2012
Mo, 14:00 – 16:00 Uhr

Paul Bonatz in Wiesbaden

Architekturspaziergang durch die Henkell & Co. Sektkellerei KG

Wiesbaden ist ein Eldorado – wenn nicht *das* Eldorado – historistischer Architektur. Ein ganz besonderes Juwel in diesem städtischen Ensemble stellt die schlossartige Architektur der Henkell & Co. Sektkellerei KG dar. Der Architekt Paul Bonatz, dessen Stuttgarter Bahnhof derzeit in aller Munde ist, baute das Sektpalais, als er gerade einmal 30 Jahre alt war. Das Kellereigebäude (1907 – 1909) steht nicht nur für den Höhepunkt im Bonatz'schen Frühwerk, sondern markiert architekturgeschichtlich eine Nahtstelle zwischen traditionalistischer und moderner, funktionaler Architektur.
Auf diesem Spaziergang durch die Kellerei sollen aber nicht nur Bau- und Stadtgeschichte zum Zuge kommen, sondern auch Sektgeschichte und Sektgenuss.
Treffpunkt: Henkell & Co. Sektkellerei KG, Biebricher Allee 142, Eingangsbereich Marmorsaal, 10 Minuten vor Führungsbeginn.
Für diese Führung ist unbedingt eine Anmeldung bei der vhs erforderlich.

D27431 7,– €
1 Nachmittag, 19.10.2012
(Herbstferien!)
Fr, 14:00 – 16:00 Uhr

Hier und dort: Landeskunde regional und international

Potsdam

Bilder einer Residenz
Dia-Vortrag

Potsdam, Inbegriff einer preußischen Garnisonsstadt mit Reminiszenzen an die »Langen Kerls« des Soldatenkönigs, und Sanssouci, in dessen eleganten Räumen der Philosoph auf dem Königsthron mit Voltaire diskutierte. Die großartige Architektur des Neuen Palais,das Schloß Babelsberg, die liebliche Pfaueninsel und der stimmungsvolle Friedhof von Bornstedt, wo die Grabsteine berühmte Namen tragen.
Für diesen Vortrag (Dauer: ca. 1 – 1½ Stunden) ist keine Anmeldung erforderlich; bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D28010V 6,– €
1 Nachmittag, 8.10.2012
Mo, 16:30 – 18:00 Uhr
Doris Eisenbach

Promenade durch Preußens Arkadien

Fürstensitze um Potsdam und Berlin
Dia-Vortrag

Die Kulturlandschaft um Potsdam und Berlin wirkt auf den Besucher wie ein Magnet. Auch politische Veränderungen konnte der geschichtsträchtigen Gegend nichts von ihrer Anziehungskraft nehmen. Eingebettet in die vielen Seen liegen die reizvollen Schlösser und Herrensitze von Grunewald, Babelsberg, Klei-Glienicke und das Marmorpalais.
Für diesen Vortrag (Dauer: ca. 1 – 1 1/2 Stunden) ist keine Anmeldung erforderlich; bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D28020V 6,– €
1 Nachmittag, 12.11.2012
Mo, 16:30 – 18:00 Uhr
Doris Eisenbach

Nordindien

Von Kaschmir bis zum Ganges und nach Rajasthan
Dia-Vortrag

Die große »Vortrags-Reise« führt zu den landschaftlichen und kulturellen Höhepunkten des Subkontinents, dessen Kunst und Kultur von den drei großen Weltreligionen des Hinduismus, Buddhismus und des Islam geprägt wurden. So gehören die prächtigen Paläste und Forts der Großmoguln in Delhi und Agra zu den Schwerpunkten des Vortrags wie die Skulpturen der Hindutempel von Khajuraho oder die Maharadschastadt Jaipur. Das Alte, Traditionelle und besonders von der Religion bestimmte steht in Indien dicht neben dem Supermodernen. Reisen Sie mit Horst Liebelt, der seit 1966 über dreißig Mal in Indien war, in dieses faszinierende Land. Sie werden von den Schönheiten der Landschaften erfahren wie auch von den großartigen Kulturdenkmälern. Sie werden aber auch von den Problemen des modernen Indien hören und von den Versuchen des Landes, diese zu lösen
Für diesen Vortrag ist keine Anmeldung erforderlich; bitte zahlen Sie an der Abendkasse.

D28110V 6,– €
1 Abend, 27.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Horst Liebelt

Reisen, Fahrten, Rundgänge

Wiesbaden? Mit allen Sinnen!

Gemeinsame Unternehmungen für Frauen

Möchten Sie einige Bereiche der Stadt und ihrer Umgebung etwas näher kennen lernen? Und dies mit Einschaltung aller Sinne in einer netten Runde von Menschen, denen es ähnlich geht? Dann sind Sie bei uns richtig. Gemeinsam werden wir uns ein Mal die Woche (mittwochs) treffen, um zusammen etwas in Wiesbaden zu unternehmen. Wir wollen Schönes sehen, Interessantes hören, Köstliches oder Typisches für Hessen schmecken, Angenehmes oder Neues fühlen und Faszinierendes riechen! –
Es sind fünf Unternehmungen von ca. 2 – 3 Stunden Dauer geplant.
Gutes Schuhwerk wird empfohlen.
Näheres zum Ablauf und die jeweiligen Treffpunkte (mittwochs), teils mit ca. halbstündiger Anfahrt mit ÖPNV, werden beim 1. Treffen in der Villa Schnitzler besprochen.
Eintrittsgelder ex-, Begrüßungssekt inklusive!

D28675 16,67 Ustd. 59,– €
5 Abende, ab 22.8.2012
Mi, 17:00 – 19:30 Uhr
Regina Graminski

Wiesbaden

und der Blick über den Fluss – Gemeinsame Unternehmungen für Frauen

Möchten Sie gerne einige Bereiche unserer Landeshauptstadt, die durch die Lage am Wasser geprägt ist, näher kennen lernen? Und das gemeinsam mit Menschen, denen es ähnlich geht? Dann sind Sie bei uns richtig.
Wie werden uns einmal in der Woche treffen, um uns Wiesbadens Nähe zu Bächen und Flüssen zu erschließen. Unsere fünf Unternehmungen, die ca. 2 – 3 Stunden dauern, führen uns zum Salzbachtal und zu den Rheinwiesen, zum Schiersteiner Hafen, an den Main und in die gleichnamige Stadt.
Gutes Schuhwerk wird empfohlen!
Näheres zum Ablauf und die jeweiligen Treffpunkte (mittwochs), teils mit ca. halbstündiger Anfahrt mit ÖPNV, werden beim 1. Treffen in der Villa Schnitzler besprochen.
Eintrittsgelder ex-, Begrüßungssekt inklusive!

D28676 16,67 Ustd. 59,– €
5 Abende, ab 10.10.2012
Mi, 17:00 – 19:30 Uhr
Regina Graminski

El Greco und die Moderne

Tagesfahrt zur Ausstellung nach Düsseldorf

Das Düsseldorfer Museum Kunstpalast bietet in diesem Sommer eine echte Sensation: Die Ausstellung »El Greco und die Moderne« vereint 40 Werke El Grecos (1541 – 1614) aus europäischen und amerikanischen Museen mit 100 Arbeiten prominenter Künstler der klassischen Moderne. Unter anderen Cézanne, Picasso, Beckmann, Kokoschka, Macke und Marc verstanden den Maler expressiver Religiosität als prägendes Vorbild. In der Tat sind die Parallelen in der Darstellung der Körperlichkeit, der Gestik und Mimik und der aus einer virtuosen Lichtregie geborenen außergewöhnlichen Farbigkeit zum Teil verblüffend. Wie der Link zwischen manieristischer Bildsprache und modernem Menschenbild gelingen konnte, lässt sich in Düsseldorf anhand eines einzigartigen Ausstellungskonzeptes erstmals im direkten Bildvergleich nachvollziehen.
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.

D29001R 65,– €
Sa, 4.8.2012
Dr. Ulrike Brandenburg

Mythos Atelier

Künstlerräume von Carl Spitzweg bis Bruce Nauman
Tagesfahrt zur Ausstellung nach Stuttgart

Was haben Spitzweg, Corot, Giacometti, Beuys, Dix, Braque, Beckmann, Duchamp, Warhol und weitere knapp 50 Künstler aus dem Pool des Who-is-who der Bildenden Kunst der vergangenen 200 Jahre gemeinsam? Ein Thema: Sie beschäftigten sich in ihren Arbeiten mit dem eigenen Atelier! Dass das überhaupt möglich war, hängt mit der zunehmenden Reflexion des künstlerischen Selbstverständnisses ab dem frühen 19. Jahrhundert zusammen. Entsprechend vielfältig fallen die 200 Versuchsanordnungen aus, welche die Stuttgarter Ausstellung auf denkbar spannende Weise versammelt. Das Atelier als Labor, als Statussymbol, als Ort der Intimität, als Denkraum oder als bildnerisches Paradigma – oft handelt es sich nicht nur um typische, sondern um besonders aussagekräftige Werke der jeweiligen Künstler, die in dieser Schau durch nur hier mögliche Querverbindungen noch spannender werden!
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.

D29002R 59,– €
Sa, 24.11.2012
Dr. Ulrike Brandenburg

Tagesfahrt zur

dOCUMENTA (13)

nach Kassel

Die 13. Documenta findet vom 9. Juni bis zum 16. September 2012 statt. Die von der amerikanischen Kuratorin Carolyn Christov-Bakargiev (* 1957) verantwortete Schau steht unter dem Motto »Collapse and Recovery«/ »Zusammenbruch und Aufschwung«. Die Schicksale von Ländern wie Afghanistan, Tunesien, Ägypten oder Japan verbinden Christov-Bakargiev zufolge die Gegenwart mit dem zurückliegenden 20. Jahrhundert. Entsprechend rückt die Kuratorin die, Zitat, »unterbewertete« 50er-Jahre-Architektur (unter anderem der Architekten Bode) des im Zweiten Weltkrieg stark zerstörten Kassel in den Fokus. Neben den üblichen Ausstellungsorten Fridericianum, Ottoneum, documenta-Halle und Orangerie, Neue Galerie und Brüder-Grimm-Museum werden Ballsäle und Kinos der Nachkriegszeit zu Documenta-Schauplätzen.
Tagesfahrt im Reisebus mit Fach- und vhs-Reiseleitung.
In der Kursgebühr sind Führung durch die Ausstellung, Reiseleitung und Hin- und Rückfahrt im Reisebus enthalten.
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.

D29003R 65,– €
Sa, 1.9.2012
Dr. Ulrike Brandenburg, Elfriede Weber

Stuttgart

Stadt der Dichter, Denker und der Kunst / Literarische Tagesfahrt

Stuttgart sei der Name, den die Schwaben dem Paradies auf Erden gegeben haben. So schreibt 1519 der Humanist Ulrich von Hutten. Ob das an den Weinbergen, den vielen Parks und Waldgebieten liegen mag? Oder vielleicht an dem südländischen Flair vieler Plätze und Viertel? Schon Eduard Mörike hatte Stuttgart in sein Herz geschlossen und schwärmt 1853 in seinem »Stuttgarter Hutzelmännlein« von schönen alten Häusern und ihren Erkern, »die auf den Ecken gar heiter wie Türmlein stehn«. Und auch heute ist Stuttgart trotz starker Zerstörung im zweiten Weltkrieg voller architektonischer Schmuckstücke.
Stuttgart war auch der Geburts- und Wirkungsort großer Geister: Der Philosoph Georg Wilhelm Friedrich Hegel (»Der Weg des Geistes ist der Umweg«) wurde hier geboren, ebenso wie die Schriftsteller Wilhelm Hauff, Gustav Schwab und Georg Herwegh und die Künstler Oskar Schlemmer und Willi Baumeister.
Wir werden an diesem Tag sowohl die Stadt und ihre Architektur als auch die geistigen Traditionen der baden-württembergischen Landeshauptstadt kennen lernen.
In Kooperation mit dem Förderverein Wiesbadener Literaurhaus Villa Clementine e.V. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.

D29006R 59,– €
Sa, 29.9.2012
Charlotte Andresen, Hartmut Boger

Die Ottonen und das römische Reich

Dreitägige Kultur-Bus-Reise

nach Magdeburg, Halberstadt und Quedlinburg
vom 28. – 30. September 2012
Wir wandeln auf den Spuren von Otto dem Großen, Otto von Guericke oder Karl dem Großen. Die ersten beiden Tage verbringen wir in Magdeburg, wo wir unter anderem auf historische Entdeckungstour durch die geschichtsträchtige Ottostadt gehen, den eindrucksvollen Magdeburger Dom besichtigen und die Landesausstellung »Otto der Große und das Römische Reich« im Kulturhistorischen Museum besuchen. Am dritten Tag geht es zunächst nach Halberstadt, wo Karl der Große, die Ottonen, Staufer und Welfen ihre Spuren hinterlassen haben und anschließend nach Quedlinburg, UNESCO-Weltkulturerbe und Wiege des ottonischen Zeitalters mit Heinrich I.
Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.

D29015R 395,– €
Wilfried Knuth

Faszination Siebenbürgen / Transsilvanien Rumänien

Achttägige Flugreise
vom 12. bis 19. September 2012

Umgeben von den Karpaten liegt Siebenbürgen in Rumänien. Europas letzte intakte Kulturlandschaft hat viele Facetten – dies wollen wir mit unserer 8-tägigen Reise nach Transsylvanien, wie Siebenbürgen auch genannt wird, aufzeigen und Ihnen eine wundervolle Naturregion mit lebendigen Städten und urtümlichen Dörfern näher bringen. Cluj-Napoca (Klausenburg), Sibiu (Hermannstadt) und Brasov (Kronstadt) sind die Stationen der Reise auf der wir Ihnen die Vielfalt der Geschichte, die wundervolle Natur und die Menschen des Landes in all Ihrer Unterschiedlichkeit zeigen. Die Reise setzt auf interessante Begegnungen. So empfängt der Pfarrer und Schriftsteller Eginald Schlattner die Gruppe zu einem Gespräch, und Abende bei einer rumänischen und einer sächsischen Familie schaffen intensive Kontakte. Wehrkirchen, Schlösser und Burgen, kleine Städte und Dörfer, Klöster und Kirchen präsentieren Ihnen die Kulturschätze des Landes. Sie reisen entspannt in kurzen Bus-Etappen, und höchst komfortable Hotels im Herzen der Städte sorgen für angenehme Aufenthalte. Ein bequemer Flug ab Dortmund (mit Bustransfer ab Wiesbaden) bringt Sie in gut zwei Stunden Flugzeit nach Rumänien. Freuen Sie sich auf eine Reise voller Erkundungen und Entdeckungen im faszinierenden Siebenbürgen. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in unserer Geschäftsstelle und der Villa Schnitzler erhalten.

D29019R 1295,– €
Reiner Kollin

Andalusien

mit einzigartiger maurischer Architektur
Achttägige Studien-Flug-Reise vom 6. bis 13.Oktober 2012
In Andalusien wollen wir unsere maurische Spurensuche fortsetzen, die wir in Marokko begonnen haben. Wir besuchen die berühmtesten Orte, wie Jerez, Sevilla, Cordoba und Malaga. Wir besichtigen Moscheen, Paläste, Medinen und Kirchen. Aber auch Kontakte zur lokalen Bevölkerung und deren heutiger Lebensweise wollen wir knüpfen. Wir lassen uns bekochen, schauen uns die Produktion von Olivenöl an und probieren allerlei Köstlichkeiten. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.
D29020R 1490,– €
Wilfried Knuth

Farbensturm und Lichtertaumel

Kreativ-Malreise auf den Spuren des »Blauen Reiter«
für Anfänger und Fortgeschrittene
nach Murnau/Oberbayern
16.7. – 23.7.2012
D29189R 480,– €
Doris Happel

Malen, Zeichnen und Fotografieren

im Kitzbüheler Land/Wilder Kaiser (Tirol)
Für Anfänger und Fortgeschrittene – Kreativ-Malreise
ins Brixental/Österreich
19. – 26.8.2012
D29190R 480,– €
Doris Happel

dOCUMENTA (13)

Tagesfahrt nach Kassel in exklusiver Kleingruppe
D29191R 95,– €
1 Donnerstag 6.9.2012
Doris Happel

Nähere Informationen zu den Fahrten mit Doris Happel siehe Seite 36.

Paris und Giverny

Auf den Spuren der Impressionisten/Viertägige Kunst- und Kulturfahrt Ende Mai 2013
in Kooperation mit dem Rhein-Mainischen Besucherring
Bitte tragen Sie sich unverbindlich in diese Interessentenliste ein. Sobald das genaue Reiseprogramm vorliegt, wird es Ihnen zugesandt.
E29022I

»Jedermann« in Berlin

Viertägige Kultur- und Theaterfahrt vom 21. bis 24. Oktober 2012
Verbringen Sie vier Herbsttage mit einem vielfältigen Kultur- und Besichtigungsprogramm in Berlin. Montags sind Sie Gast bei den 26. Jedermann-Festspielen im Berliner Dom unter der Leitung von Brigitte Grothum. Am folgenden Abend gibt es das Kontrastprogramm – der Friedrichstadt-Palast. Erleben Sie mit uns »SHOW:ME«, das neue Programm, das erst wenige Tage vor unserem Besuch Premiere hat. Bei einer Kulturreise nach Berlin darf natürlich nicht die Museumsinsel fehlen. Wir haben uns für eine Führung im Pergamon-Museum entschieden. Bei der Abreise machen wir einen Halt in Potsdam. Im Jahre 2012 ein absolutes »Muss«. Der 300. Geburtstag Friedrichs des Großen wird in diesem Jahr ausführlich gefeiert. Lassen Sie sich durch eine der aufwendigsten Ausstellungen zu diesem Anlass führen »FRIEDERISKO« im Neuen Palais und Park Sanssouci. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Sonderprospekt, den Sie in der vhs-Geschäftsstelle (Europaviertel) und der Villa Schnitzler erhalten.
D29030R 659,– €
Dr. Rainer Schmitt

Ägypten einmal anders

Literarische Nilkreuzfahrt vom 21. bis 28.3.2013
Leitung: Julia Wilhelm
Erleben Sie eine Nilkreuzfahrt der ganz besonderen Art: Auf den Dahabeyas «Samira» und «Jasmina» erleben Sie den Nil wie einst die Pharaonen. Die literarische Segelreise von Esna nach Assuân eröffnet Ihnen einen ganz neuen Zugang zu Land und Leuten: Während Sie wie in Zeitlupe durch die ägyptische Landschaft gleiten, lernen Sie das Land von seiner literarischen Seite kennen und lieben. Es werden selbstverständlich alle wichtigen Tempel an der Strecke besichtigt, doch Dahabeyas legen auch dort an wo die großen Kreuzfahrtschiffe vorbeifahren müssen, und Sie werden Vieles sehen und erleben, was bei keiner anderen Reiseart zu vermitteln ist. Für Ihr leibliches Wohl sorgt die sehr aufmerksame Crew: Lassen Sie sich überraschen von den schmackhaften ägyptischen Gerichten oder Barbecues an Land. Die Reise beginnt und endet in Luxor, wo wir jeweils eine Nacht im Iberotel Luxor verbringen werden. Der Transfer von Assuân nach Luxor erfolgt im Zug 1. Klasse.
In Kooperation mit der vhs Bingen und dem WBZ Ingelheim
Bitte tragen Sie sich unverbindlich in diese Interessentenliste ein. Sobald das genaue Reiseprogramm vorliegt, wird es Ihnen zugesandt.
E29010I

Nordgriechenland

Kulturhistorische Studienfahrt vom 22. bis 27. 4.2013
in Kooperation mit der vhs Bingen und dem WBZ Ingelheim
Bitte tragen Sie sich unverbindlich in diese Interessentenliste ein. Sobald das genaue Reiseprogramm vorliegt, wird es Ihnen zugesandt.
E29015I

Die deutsche Märchenstraße

Auf den Spuren der Gebrüder Grimm/6-tägige Kultur-Bus-Reise über Hanau nach Bremen und zurück vom 6. bis 11. Mai 2013
Leitung: Wilfried Knuth
Die Deutsche Märchenstraße ist eine der ältesten und beliebtesten Ferienrouten Deutschlands. Über 600 km von Hanau bis nach Bremen/Bremerhaven verbindet sie die Lebensstationen der Brüder Grimm und die Orte und Landschaften, in denen ihre Märchen beheimatet sind, zu einem fabelhaften Reiseweg aneinander. Neben Hanau, Steinau und Kassel besuchen wir auch Alsfeld mit dem Rotkäppchenhaus, Bad Wildungen mit dem Schneewittchenmuseum, Baunatal als Ort der Märchenerzählerin Dorothea Viehmann, den Reinhardswald mit dem Dornröschenschloss Sababurg, Hameln als Rattenfängerstadt, Bad Oeynhausen mit dem Deutschen Märchen- und Wesersagenmuseum und Bremen als Stadt der Stadtmusikanten.
In Kooperation mit der vhs Bingen und dem WBZ Ingelheim
Bitte tragen Sie sich unverbindlich in diese Interessentenliste ein. Sobald das genaue Reiseprogramm vorliegt, wird es Ihnen zugesandt.
E29020I

Oslo

Viertägige Städtereise
mit Besuch der Sonderausstellung »Edvard Munch«/in Kooperation mit der vhs Bingen und dem WBZ Ingelheim
vom 13. bis zum 16.6.2013.
Bitte tragen Sie sich unverbindlich in diese Interessentenliste ein. Sobald das genaue Reiseprogramm vorliegt, wird es Ihnen zugesandt.
E29025I

Albrecht Dürer

Tagesfahrt zur Sonderausstellung »Der frühe Dürer«
nach Nürnberg, Sa. 18. August 2012
Zum ersten Mal widmet sich eine große Ausstellung ausschließlich Dürers frühem Werk und Leben. Sie zeigt, wie der Goldschmiedesohn bereits zu Lebzeiten zum europaweit bewunderten Künstler wurde. Sie lässt Dürer im Netzwerk von Nachbarschaft und Familie, Handwerk und Humanismus lebendig werden. Hier in der Geburtsstadt Dürers eröffnen sich dem Besucher ganz neue Perspektiven auf Werke und Wirken des Künstlers. Die Ausstellung versammelt über 200 Werke aus den bedeutendsten Museen der Welt. Viele Werke sind zum ersten Mal gemeinsam ausgestellt und geben eine Vorstellung vom künstlerischen Klima in Nürnberg um 1500.
Abfahrt: 7:00 Uhr Wiesbaden Hbf/ Bussteig 1 mit Sonderbus; kurze Einführung im Bus, 90 Min. Führung durch die Ausstellung mit »Dürer-Labor«. Näheres im Sonderprospekt.
D29004R 59,– €
Klaus Sommerfeld

Baltikum

Zehntägige Flug- und Kulturreise – Interessentenliste – voraussichtlicher Reisetermin Ende Mai 2013
Von Litauens Hauptstadt Vilnius über Kaunas, der zweitgrößten Stadt des Landes nach Klaipeda, nahe der Kurischen Nehrung. Nächste Station ist die alte Hansestadt Riga, Hauptstadt von Lettland. Von dort geht es über Pärnu in die estnische Hauptstadt Tallinn. Zahlreiche Städteführungen und Ausflüge zu Sehenswürdigkeiten oder traumhaften Landschaften stehen auf dem Programm. Bitte tragen Sie sich unverbindlich in diese Interessentenliste ein. Sobald das genaue Reiseprogramm vorliegt, wird es Ihnen zugesandt.
E29023I
Dr. Rainer Schmitt

KULTUR & KULINARIK
an der Volkshochschule Wiesbaden

Der Garten: Ein kleines Paradies - Workshop und Exkursion
Das Thema Garten fordert heraus zum Gestalten, Genießen, zum Schauen, Riechen, Anfassen, Probieren, aber auch zum Träumen, zum Blick in die Historie, zum Nachdenken und zum Kommunizieren.
Workshop mit Gartenimbiss und Exkursion in den Schlosspark Biebrich.
D20536 75,- €, inkl. Gartenimbiss und Exkursion mit Führung
2 Tage, Fr, 14.9., 10:00 - 14:00 Uhr und Fr, 21.9., 15:00 - 17:00 Uhr
Dr. Simone Husemann, Inge Schmollinger-Bornemann, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42

Soiree: Fräulein Helen', der schöne Sigismund und Theodor
Schlager, Lieder und Texte der 20er bis 60er Jahre mit passendem Buffet - Kultur & Kulinarik
Witz, Freude, Charme und ein kleines bisschen Sehnsucht sind mit von der Partie bei den Erinnerungen an das, was früher „in" war.
D20330 29,- €, inkl. Speisen und Getränken, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Sa.-Abend, 22.9., 19:30 - 22:00 Uhr, Emilia Blumenberg (Lesung und Gesang), Andreas Larbig (Klavier)

Die Emirate zwischen Tradition und Moderne - Praktischer Kochworkshop
Ein orientalischer Abend mit Datteln und Tee, verschiedenen landestypischen Spezialitäten, die wir selber zubereiten, sowie vielen Informationen über das Leben in den Emiraten. Bei Bedarf bitte eigene Schürze und Schreibunterlagen mitbringen.
D27261 59,- €, inkl. Speisen und Getränken,
Küche Herweck, Kaiser-Friedrich-Ring 96
1 Abend, Fr, 28.9., 18:30 - 21:30 Uhr, Marion Befeld

Amici miei - Bekanntes und Unbekanntes aus Italiens Weinwelt
Bei der Verkostung von ca. 12 italienischen Weinen erfahren Sie Hintergründe zur Herstellung, Tradition und Sensorik, bei kleinen kulinarischen Kleinigkeiten von salzig bis süß.
D27160 49,- €, inkl. Wein und kulinarischen Köstlichkeiten, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Sa, 29.9., 18:30 - 21:30 Uhr, Christian Mappala, Gregor Mathey

Von der Lust am Essen: Showcooking mit kulturgeschichtlichen Betrachtungen
Der Meisterkoch Franz Keller und der Facharzt für Psychotherapeutische Medizin und gelernte Konditor Dr. med. R. Mathias Dunkel präsentieren das gute Essen als wichtigen Bestandteil der Lebenskunst: Franz Keller kredenzt eine leckere Gemüsesuppe sowie ein wohlschmeckendes Wok-Gemüsegericht. R. M. Dunkel breitet seine umfassenden Kenntnisse der Kulturgeschichte und der Psychosomatik des Essens aus.
D20570 29,- €, inkl. Speisen und Getränken, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Mi, 17.10., 19:00 - 22:00 Uhr, Dr. med. Mathias Dunkel, Franz Keller

Rezepte mit Balsamico und Honig - eine sinnliche Reise durch Florenz
In den Antipasti (Vorspeisen), Contorni (Beilagen der Hauptspeise) und im Dessert liefern sich Balsamico und Honig ein Duell der Sinnesfreuden, begleitet von typischen Weinen der Toskana, gepaart mit Erzählungen aus dem Florenz der Renaissance. Bei Bedarf bitte eigene Schürze und Schreibunterlagen mitbringen.
D27259 59,- €, inkl. Speisen und Getränken, Küche&Co im Europaviertel, Walter-Hallstein-Straße 5
1 Abend, Sa, 3.11., 17:00 - 21:00 Uhr, Kirsten Herold, Gregor Mathey

Für alle Veranstaltungen aus der Reihe KULTUR & KULINARIK ist eine Anmeldung vorher erforderlich!

Goethe, Späte Lyrik - Ein poetischer Abend mit Wein und Brezeln
Wir werden uns Goethes lyrischen Werken ab etwa 1800 zuwenden: Unterschiedlichen Gedichten des Westöstlichen Divan, und u. a. späten Gedichten wie „Eins und Alles", sowie dem Gedicht „Vermächtnis". Die Texte werden zur Verfügung gestellt. Wein und Brezeln werden uns bei Kräften halten.
D20105 16,- €, inkl. Bewirtung, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Mi, 7.11., 18:30 - 21:00 Uhr, Charlotte Andresen

Für alle Veranstaltungen aus der Reihe KULTUR & KULINARIK ist keine Ermäßigung möglich!

Wein und Käse aus Frankreich
Die Kombination Käse und Wein aus Frankreich ist seit Jahren ein Klassiker. An diesem Abend wollen wir uns auf einige Sorten konzentrieren. Wir werden leckere Käsesorten verkosten mit den dazu passenden Weinen! Neben den berühmten Regionen Champagne, Loire und Burgund wird es auch einige Abstecher in weniger bekannte Gegenden geben - lassen Sie sich überraschen!
D27155 49,- €, inkl. Wein und Käse, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Fr, 9.11., 18:00 - 21:00 Uhr, Gregor Mathey

Die vhs Volkshochschulen

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Gesellschaft
Beruf
Sprachen
Gesundheit
Kultur
Spezial

Volkshochschule Wiesbaden e.V.
Alcide-de-Gasperi-Str. 4/5
65197 Wiesbaden
Tel.: 0611/98 89-0
Fax: 0611/98 89-200

www.vhs-wiesbaden.de

KULTUR & KULINARIK
an der Volkshochschule Wiesbaden

Indisches Farbmahl - Kunst und Kulinarik
Stellen Sie sich vor, Sie sind zum Essen eingeladen und auf der Tafel liegen statt Teller und Besteck Farbpaletten und Pinsel. Hier geht`s um Farben erleben, miteinander kommunizieren und indische Köstlichkeiten genießen in einer aktiven und besinnlichen Atmosphäre. Stellen Sie sich ein auf einen Abend mit indischer Note für vielfältige Sinneseindrücke.
D21645 59,- €, inkl. Speisen und Getränke, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Sa, 10.11., 17:00 - 20:00 Uhr, Esther Scholz-Zerres

Mythos Sisi - Auf den Spuren der legendären Kaiserin
2012 ist „Sisi-Jahr“: Vor 175 Jahren wurde die berühmte österreichische Kaiserin in München geboren. Im Rahmen einer Lesung aus Briefen und Tagebüchern sowie von zeitgenössischen Berichten beleuchtet Sisi-Expertin Dr. Eva Wodarz-Eichner das Leben der Ausnahme-Kaiserin. Kuchen, Kipferl und Kaffee bieten dazu den passenden kulinarischen Rahmen.
D20353 25,- €, inkl. Bewirtung, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Nachmittag, Sa, 17.11., 16:00 - 18:00 Uhr, Dr. Eva Wodarz-Eichner

Toskanische Weine und Focaccia, Pizza & Co -Weinseminar & Praktischer Kochworkshop
Sieben toskanische Weine aus biologisch-ökologischem Anbau werden verkostet und besprochen. Dazu backen Sie Ciabatta , Crostini (mit Geflügelleberpastete und als Bruschetta), Focaccia bianca und rossa sowie Pizze mit Steinpilzen und Radicchio, Speck und Trüffelöl, die während des Seminars gemeinsam mit den Weinen genossen werden. Den Abschluss bilden selbst hergestellte Cantuccini mit Vin Santo. Eine Einführung in die Kultur und Kunstwerke der Region ergänzt die kulinarische Reise. Bei Bedarf bitte eigene Schürze mitbringen
D27260 59,- €, inkl. Speisen und Getränken,
Küche&Co im Europaviertel, Walter-Hallstein-Straße 5
1 Abend, Sa, 17.11., 17:00 - 21:00 Uhr, Kirsten Herold, Gregor Mathey

Elfen, Edle und Rebellen - Neue Geschichten aus Schottland mit Buffet
In Mythen und Legenden aus Schottland, vorgetragen von Rolf Keil und Helmine Rausch, wird tief in die Welt von Elfen, Geistern und Kobolden eingetaucht. Es werden die bewegten Geschichten der Clans beleuchtet und ein bunter Strauß „neuer“ alter Geschichten mitgebracht. Liebe und Verrat, Krieg, Heldentaten, Hexerei und die meist verborgenen und doch stets gegenwärtigen Bewohner des Elfenreiches bilden den Bogen des Abends, der von einem schottischen Essen und einem Glas Whisky abgerundet wird.
D20150 29,- €, Preis inkl. Speisen und Getränken (inkl. 1 Whisky), Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Fr, 23.11., 19:00 - 22:00 Uhr, Rolf Keil, Helmine Rausch

Happy Birthday, Sherlock Holmes- Lesung und Vortrag mit Whisky-Probe
Veranstaltung im Rahmen des Wiesbadener Krimi-Herbstes
Meisterdetektiv Sherlock Holmes feiert 2012 seinen 125-jährigen literarischen Geburtstag: 1887 betrat er im Roman „Eine Studie in Scharlachrot“ von Arthur Conan Doyle die Bühne der Welt- und Krimiliteratur - und hat sie seither nicht wieder verlassen. Krimi-Autor Dr. Karsten Eichner gibt den Teilnehmern Einblicke in die Welt des Meisterdetektivs und seines Schöpfers und liest aus seinem Buch „Sherlock Holmes: Die Wiesbadener Fälle“. Ein Glas echter Malt-Whisky rundet die Veranstaltung ab.
D20332 15,- €, Preis inkl. 1 Whisky, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Sa, 24.11., 19:00 - 21:00 Uhr, Dr. Karsten Eichner

Der Jemen und Sanaa
Der Jemen ist das Land der Königin von Saba, die Heimat des Kaffees mit der Hauptstadt Sanaa. Eine Stadt, die einem den Atem nimmt durch ihre Einzigartigkeit, die aufgrund ihrer reichen orientalischen Architektur, eine der beeindruckendsten Städte weltweit ist. Entdecken sie die Schönheit des Landes und dieser Stadt. Lassen sie sich verzaubern von einem Land, das den Weg in die Moderne noch sucht, aber hoffentlich seine Wurzeln dabei nicht vergisst, und genießen Sie dazu landestypische Spezialitäten.
D20560 29,- €, inkl. Speisen und Getränken, Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Fr, 30.11., 19:00 - 22:00 Uhr, Marion Befeld

Burns‘ Night - Supper zu Ehren des schottischen Nationaldichters
Robert Burns ist als Dichter ein Phänomen. Überall in der englischsprachigen Welt feiern jedes Jahr um den 25. Januar herum Fans den Geburtstag und die Werke von Schottlands berühmtem Nationaldichter. Dass es bei diesen Feiern fröhlich und auch mitunter „feucht“ zugeht, wäre ganz im Sinne von Burns gewesen, der über sich selbst schreibt: „und so bleibe ich ein streunender, freimaurerischer, reimender Geselle.“
Robert Burns wurde nur 37 Jahre alt, aber er entzündete ein Licht, das noch heute strahlt. Erleben Sie mit uns einen Abend bei dem der Dichter im Mittelpunkt steht; mit gespielten Geschichten, Gedichten und natürlich dem traditionellen Haggis, serviert mit „neeps and tatties“ (Steckrüben und Kartoffeln).
E20151 29,- €, inkl. Speisen und Getränken (inkl. 1 Whisky),
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
1 Abend, Fr, 25.1.2013, 19:00 - 22:00 Uhr, Rolf Keil, Helmine Rausch, Uwe Malzahn

Die vhs Volkshochschulen

Für alle Veranstaltungen aus der Reihe KULTUR & KULINARIK ist eine Anmeldung vorher erforderlich!

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Gesellschaft
Beruf
Sprachen
Gesundheit
Kultur
Spezial

Für alle Veranstaltungen aus der Reihe KULTUR & KULINARIK ist keine Ermäßigung möglich!

Volkshochschule Wiesbaden e.V.
Alcide-de-Gasperi-Str. 4/5
65197 Wiesbaden
Tel.: 0611/9889-0
Fax: 0611/9889-200

www.vhs-wiesbaden.de

Anfahrt zur vhs und zum Parkplatz

Haus B, Alcide-de-Gasperi-Str. 5
Blick von d. Schiersteiner Straße

Die Volkshochschule Wiesbaden stellt ihren Kundinnen und Kunden Parkplätze zur Verfügung. Der Parkplatz der vhs befindet sich auf einem gekennzeichneten Platz im Europa-Viertel in der Charles-de-Gaulle-Straße.
Wenn Sie diesen Parklatz nutzen möchten, legen Sie bitte als Berechtigungsnachweis Ihre Teilnahmekarte sichtbar ins Auto.
Knicken Sie die Karte an den Markierungen so, daß die Angaben zum Kurs im oberen Teil sichtbar, Ihre persönlichen Daten aber geschützt sind.
Die Fahrzeuge nicht berechtigt Parkender können kostenpflichtig abgeschleppt werden.

So finden Sie zu uns !

Mit dem Auto:
Kommend von der A 66 / Ausfahrt: Schiersteiner Kreuz oder
Wiesbaden-Dotzheim
Richtung: Wiesbaden Stadtmitte (Schiersteiner Straße)
2. Ampel links ins Europa-Viertel, Willy Brandt Allee
1. Eckhaus links ist das **Haus B der vhs** (Fachbereich Beruf),
3. Eckhaus links ist das **Haus A der vhs** (Anmeldung, FB Sprachen, FB Gesundheit).
Das **Haus C der vhs** befindet sich zwischen den Häusern A und B, hinter dem Parkplatz.
Das **Haus Konrad der vhs** befindet sich im Gebäude Konrad-Adenauer-Ring 15.

Mit Bus und Bahn:
Aus dem Hauptausgang des Bahnhofs kommend,
die Kreuzung vor demselbigen diagonal überqueren
(zum Bussteig C); Bus Linie 8 Richtung „Steinberger Straße“ nehmen und
an der 4. Haltestelle (Willy-Brandt-Allee / Volkshochschule) aussteigen.
Buslinien zum Europaviertel innerhalb Wiesbadens: 5, 8, 15, 18 und 38;
zum Konrad-Adenauer-Ring: Haltestelle (Paulinenklinik): Buslinien: 5, 8 und 15.

Haus C, Alcide-de-Gasperi-Straße 1

Haus A, Alcide-de-Gasperi-Str. 4

Die vhs Volkshochschulen
Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Sie finden auf den Seiten 176/177 ein Verzeichnis aller Unterrichtsstätten der Volkshochschule Wiesbaden mit Busanbindungen durch ESWE-Verkehr.

ESWE VERKEHR

Anfahrt zur Villa Schnitzler

Mit dem Auto:
Von der A66 kommend nehmen Sie die Ausfahrt Biebrich (NICHT: Biebrich/Industriegebiet); biegen in Richtung Stadtmitte auf die Biebricher Allee. Die Biebricher Allee ist eine Schnellstraße, auf der man nicht parken kann. Sobald Sie den 2. Ring überkreuzt haben, müssen Sie die nächste Gelegenheit rechts in die parallele, kleine Seitenstraße einbiegen, um sich einen Parkplatz zu suchen.

Mit dem Bus:
Vom Hauptbahnhof/Hauptausgang erst einmal die Kreuzung vor dem Hbf. überqueren, dann nochmals über die Straße zur linken Bushaltestelle gehen und die Linie 4 oder 14 in Richtung Biebrich benutzen. Haltestelle Nußbaumstraße (2. Haltestelle) aussteigen und die Straße überqueren.

Beruf und Karriere

Inhalt

Individuelles Training	54
Bildungsurlaub	54
Mitarbeiterweiterbildung	54
Wirtschaftskompetenz	55
Führung und Management	56
Projektmanagement	58
Selbst- und Sozialkompetenz am Arbeitsplatz	58
Führungs- und Methodenkompetenz für Frauen	61
Büroorganisation/Sekretariat	62
Berufliche Orientierung/Coaching	63
Professionelles Bewerben	63
Berufliche Qualifizierung	64
Beruflicher und persönlicher Auftritt	65
Selbstmanagement	66
Präsentation/Kommunikation/Rhetorik	67
Schulabschlüsse	72
EDV-Zertifizierungen	73
Weiterbildungsförderung	74
EDV-Einführungen	75
EDV-Anwendungen	76
EDV für Ältere	79
Bildungsberatung/HessenCampus	80
Betriebssysteme/Hardware	81
Grafik/Layout/Bildbearbeitung	81
AutoCAD	82
Webdesign/Internet	83
Datenbanken	85
Programmieren	85
IT-Servicemanagement	86

Der Arbeitsmarkt ist im Wandel, neue Tätigkeitsformen und -inhalte entstehen, an jede und jeden werden unaufhörlich neue Anforderungen gestellt.
Der Fachbereich Beruf und Karriere unterstützt Sie mit Angeboten für Ihre Wissens- und Kompetenzerweiterung sowie für die Orientierung in unübersichtlichen Lebenssituationen. Wir machen Sie fit für Ihre berufliche und persönliche Entwicklung und unterstützen Sie dabei, neue Perspektiven zu entwickeln.

Der Fachbereich Beruf und Karriere ist akkreditierte Bildungsberatungsstelle in den Programmen »Qualifizierungsscheck Hessen« und »Bildungsprämie«.

Qualifizierungsscheck
Weil Du mehr kannst

» Zahlt sich aus: **Die Bildungsprämie**

Sie können Ihre Zuschüsse direkt bei uns beantragen!

Annette Groth
Fachbereichsleitung

Christine Schillinger
Fachbereichsassistenz
Telefon
(06 11) 98 89-151
Fax (06 11) 98 89-159

Telefonische Beratung
zu unseren Angeboten:
Mo – Do
10.00 – 12.00 Uhr
Mo, Di, Do
14.00 – 17.00 Uhr
oder als E-Mail:
berufundkarriere
@vhs-wiesbaden.de

Persönliche Beratung
nach Terminvereinbarung

Das Team des Fachbereichs Beruf und Karriere (von links nach rechts): Robert Baric, Irene Knoch-Jackwerth, Nicole Möhlenkamp, Andreas Goller, Stefan Zimmermann, Elke Scharmann-Köhler, Heike Ullrich, Annette Groth, Birgit Reuther, Thomas Reschke, Uschi Debus, Christine Schillinger, Carsten Podlesny, Christina Will, Dominik Schauer, Sabine Aun, Sebastian Schwarzkopf, Claudia Komorek, Margit Scherrer

Beruf und Karriere

Informationen zum Fachbereich

Zuschüsse für Ihre berufliche Weiterbildung

Profitieren auch Sie!

Die Volkshochschule ist anerkannter Bildungsträger nach AZWV. Damit können für einige Kurse unseres Fachbereichs bei Vorliegen der persönlichen Fördervoraussetzungen die Kosten über **Bildungsgutscheine** durch die Arbeitsagentur oder durch die Kommunale Arbeitsvermittlung vollständig übernommen werden. Ihr/e persönliche/r Berater/in oder Fallmanager/in ist hier Ihre erste Anlaufstelle. Zahlreiche Kurse sind bei Vorliegen der persönlichen Fördervoraussetzungen auch über das **WeGeBau-Programm** der Bundesagentur für Arbeit finanzierbar. Unter (06 11) 98 89-151 beraten wir Sie gerne, welche Kurse für Sie dabei in Frage kommen und wie Sie eine Förderung beantragen.
Weitere Möglichkeiten der Förderung sind **Qualifizierungsschecks** und **Bildungsprämiengutscheine**. Der Fachbereich Beruf ist akkreditierte Bildungsberatungsstelle für beide Programme, d.h. Sie können Ihre Zuschüsse direkt bei uns beantragen. Unter (06 11) 98 89-151 informieren wir Sie gerne, welche Kurse für Sie in Frage kommen und wie Sie von öffentlichen Zuschüssen für Ihre persönliche berufliche Weiterbildung profitieren können. Hier können Sie auch Ihre Termine zur Beantragung vereinbaren.

Zertifizierungsstelle cert:it www.cert-it.com geprüfte Qualität
zertifiziert nach AZWV

Qualifizierungsscheck
Weil Du mehr kannst

Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Lehrerfortbildung

Die vhs Wiesbaden ist durch das Institut für Qualitätsentwicklung (IQ) akkreditiert. Bei (fast) allen Kursen des Fachbereichs ist es möglich, Punkte zu sammeln. Wichtig: Sie müssen uns mindestens 14 Tage vor Kursbeginn mitteilen, dass Sie Lehrer/in sind – nach diesem Zeitpunkt eingehende oder nachträgliche Anfragen nach Teilnahmebescheinigungen mit Weiterbildungspunkten können leider aus verfahrenstechnischen Gründen nicht bearbeitet werden.

Mitarbeiterweiterbildung mit der vhs

Viele Unternehmen und öffentliche Einrichtungen in der Region Wiesbaden gestalten die Weiterbildung ihrer Mitarbeiter mit der vhs. Die vhs arbeitet regelmäßig mit über 500 freien Trainern zusammen, verfügt darüber hinaus über ein umfangreiches Netzwerk von Ansprechpartnern und kann Ihnen so zu nahezu jedem Thema Ihre maßgeschneiderte Weiterbildung anbieten. Nicht nur in den Bereichen EDV, kaufmännische und betriebswirtschaftliche Themen, Führungs-, Sozial- und Methodenkompetenzen können Sie uns jederzeit ansprechen. Mit uns können Sie auch 29 Sprachen lernen. Haben Sie schon einmal über betriebliche Gesundheitsvorsorge in Ihrem Unternehmen nachgedacht? Wir unterstützen Sie gerne mit Angeboten zu Fitness und Entspannung, gesunder Ernährung oder Stressmanagement. Wir vermitteln Ihnen für Veranstaltungen Referenten und Kreative. Zu vielen Themen können wir Ihnen auch Trainings in Englisch oder Französisch anbieten! Unsere Weiterbildungen werden ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen gestaltet. Deshalb nehmen wir uns Zeit für eine ausführliche Beratung und Auftragsklärung. Nachdem der Bedarf festgestellt ist, machen wir Ihnen einen Vorschlag zur methodischen und organisatorischen Durchführung. Möglich sind:

– Schulungen in unseren Räumen
– Inhouse-Seminare in Ihrem Unternehmen
– Individual- und Kleingruppen-Trainings
– Vortragsreihen zu von Ihnen ausgewählten Themen
– Lernen am Arbeitsplatz
– Gezielte Vorbereitung Ihrer Auszubildenden auf Prüfungen

Für alle diese Belange bin ich Ihre Ansprechpartnerin. Ich berate Sie gerne unverbindlich und mache Ihnen ein auf Ihre Bedarfe zugeschnittenes Angebot.

Annette Groth,
Leiterin des Fachbereichs

Individuelles Training

– Wichtige Präsentation oder mündliche Prüfung?
– Redeangst?
– Wichtiges Geschäftsessen und Fragen zur Tischetikette?
– Nachhilfe in Buchführung?

Für fast jedes Thema bieten wir Ihnen neben unseren Kursen ein gezieltes individuelles Training und Ihren persönlichen Trainer an. Termine, Umfang und Inhalte richten sich ganz nach Ihren persönlichen Bedürfnissen. Wir informieren und beraten Sie gerne und unverbindlich.
Individuelles Training:
ab € 45,–/UStd.

Bildungsurlaube auf einen Blick

Alle hier aufgeführten Bildungsurlaube sind als solche vom Hessischen Sozialministerium anerkannt (gilt in der Regel auch für andere Bundesländer, hier bitte frühzeitig anfragen). Bitte fordern Sie unter (06 11) 98 89-151 eine Bescheinigung für Ihre Beantragung an. Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

Access 2003 Kompakt
Ab 19.11.2012

Access Makroprogrammierung
Ab 10.12.2012

Adobe Indesign
Ab 17.09. und 3.12.2012

Adobe Indesign für Profis
Ab 4.2.2013

Adobe Photoshop
Ab 8.10.2012 und 14.1.2013

Adobe Photoshop Aufbau
Ab 12.11.2012

AutoCAD
Ab 26.11.2012

Content Management mit Drupal
Ab 21.1.2013

Berufliche Kommunikation und Rhetorik
Ab 21.1.2013

Business mit Hirn, Herz und Körper
Ab 8.10.2012

Business NLP Schnupperkurs
Ab 19.11.2012

Entdecken Sie Ihre Sieben Sterne zur Kreativität!
Ab 4.2.2013

Erfolgreich sein, Mensch bleiben
Ab 12.11.2012

Europäischer Wirtschaftsführerschein Modul A
Ab 3.12.2012

Europäischer Wirtschaftsführerschein Modul B
Ab 29.10.2012
und ab 28.1.2013

Excel Kompakt
Ab 18.11.2012

Excel Makroprogrammierung
Ab 21.1.2013

Erfolgreich führen für Frauen
Ab 21.1.2013

Führung Intensiv
Ab 26.11.2012

Internet Portal und Content Management mit Joomla
Ab 3.12.2012

IT-Servicemanagement
ab 24.9.2012

Kreative Köpfe schlagen Kapital
Ab 5.11.2012

Mehr Erfolg durch Empthie
Ab 14.1.2013

Oracle Datenbankadministration und Entwicklung
Ab 26.11.2012

PC-Grundlagen Windows 7 und Internet
Ab 8.10.2012

Projektmanagement
Ab 10.12.2012

Selbstmanagement
Ab 27.8.2012

SQL- Server
Ab 5.11.2012

Wertorientiertes Führen und Leiten
Ab 29.10.2012

Word Kompakt
Ab 29.10.2012

Internetseiten erstellen mit Wordpress
Ab 25.2.2013

Europäischer Wirtschaftsführerschein

(EBC*L = European Business Competence Licence)

Das Zertifikat »European Business Competence* Licence«(EBC*L) – deutsch »Europäischer Wirtschaftsführerschein« – hat sich als international anerkannter Standard der betriebswirtschaftlichen Bildung etabliert. Mit den Kursen zum »Wirtschaftsführerschein« erwerben Sie betriebswirtschaftliches Kernwissen und können sich dieses mit einem anerkannten Zertifikat bestätigen lassen. Der Kurs eignet sich besonders für Personen, deren Fachwissen in der Arbeit gefragt ist, die darüber hinaus aber auch betriebswirtschaftlich relevante Fragen beurteilen müssen und wollen (Akademiker, Projektleiter, Abteilungs- oder Bereichsleiter, Fachexperten, aber auch Studenten anderer Fachrichtungen zur Abrundung des Bewerberprofils). Die Module bauen aufeinander auf, zum Besuch von Modul B sollten Sie Modul A besucht haben oder entsprechende Kenntnisse vorweisen können, zum Ablegen der Prüfung Modul B ist das Vorliegen des Zertifikats von Modul A unabdingbar.

Die Prüfungen werden von der Hochschule RheinMain Wiesbaden in Kooperation mit der vhs durchgeführt, jedes Semester wird ein Prüfungstermin angeboten.

Hochschule RheinMain
Wiesbaden Business School

Prüfungskosten
(nicht im Kurspreis enthalten):
Stufe A: € 150,–
Stufe B: zwei Prüfungen à € 99,–
Weiterführende Informationen zum Wirtschaftsführerschein finden Sie unter www.ebcl.de
Alle EBC*L-Dozenten sind Dipl. Betriebswirte mit umfassender und einschlägiger Berufserfahrung.

Modul A:

Betriebswirtschaftliches Allgemeinwissen I

Das Modul A vermittelt betriebswirtschaftliches Allgemeinwissen anhand von betrieblichen Praxisfällen. Sie erlernen die wirtschaftlichen Ziele eines Unternehmens und verstehen die von BetriebswirtInnen benutzte Sprache. Damit sind Sie kompetenter Ansprechpartner und verfügen über die notwendige Basis für unternehmerisches Denken und Handeln:

Bilanzierung
- Der Jahresabschluss (Bilanz, GuV-Rechnung) – Grundzüge und wesentliche Begriffe
- Ermittlung des Jahresergebnisses
- Gewinn-und-Verlust-(GuV)-Rechnung

Kennzahlen
- Wichtigste Unternehmensziele, entsprechende Kennzahlen: Rentabilität, Liquidität, Eigenkapitalquote, Cash Flow, Produktivität, Umsatzrentabilität

Kostenrechnung
- Ziele, Aufgaben und Grundbegriffe der Kostenrechnung
- Rahmenbedingungen für unternehmerische Entscheidungen: Markt, Kunden, Wettbewerb, Selbstkosten
- Das Deckungsbeitragskonzept in der Kalkulation, Kostenbewusstsein sowie die dazu notwendigen Instrumente und Konzepte
- Das Profit-Center-Konzept

Gesellschaftsrecht
- Rechtsformen, Entscheidungsgrundlagen für die Wahl einer Rechtsform
- Bedeutung und Merkmale der firmenmäßigen Zeichnung/Firmenname
- Vertretungsbefugnisse und Handlungsvollmachten, Prokura

Der Kurs kann mit der Prüfung zum EBC*L (zzgl. 150,– €) abgeschlossen werden. Der Preis beinhaltet das vierbändige Lehrwerk.

D50010 60,00 Ustd. 455,– €
15 Abende, ab 11.9.2012
Di, 18:15 – 21:15 Uhr
Christian M. Koliszczak

D50010BU 60,00 Ustd. 455,– €
Bildungsurlaub:
1 Woche und
2 Samstage, ab 3.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Sa, 19.1. und 26.1.2013
9:00 – 17:30 Uhr
Jürgen Reinisch

Modul B:

Betriebswirtschaftliches Allgemeinwissen II

Mit dem Modul B des EBC*L konkretisieren und erweitern Sie Ihre betriebswirtschaftlichen Kenntnisse für die berufliche Praxis. Sie wissen, wie man Businesspläne für Projekte und Unternehmen unter wirtschaftlichen Gesichtspunkten erstellen und argumentieren kann und haben das notwendige Know how zur Erstellung von Budgets:

Investitionsrechnung
- Ziele und Methoden der Investitionsrechnung
- Investitionsrechnungsverfahren
- Grenzen und Probleme der Investitionsrechnung

Finanzplanung (Budgetierung)
- Ziele, Aufbau und Instrumente der Finanzplanung
- Ziele und Aufbau der Plan-GuV-Rechnung, der Plan-Bilanz und der Liquiditätsplanung
- Plan-Kennzahlen zur Rentabilität, Liquidität und Produktivität errechnen und Schlüsse daraus ziehen

Finanzierung
- Möglichkeiten und Formen der Finanzierung eines Unternehmens: Eigenfinanzierung, Fremdfinanzierung

Unternehmensanalyse
- Die Ist-Analyse als Ausgangslage
- Ziele und Methoden zur Unternehmensanalyse erläutern können
- Ziele und Methoden zur Umfeldanalyse (Branche, Wettbewerb)

Ziele, Methoden und Instrumente der Businessplanerstellung
- Betriebswirtschaftliche Analyse- und Planungsinstrumente
- Ziele, Inhalte und Aufbau eines Businessplans

Grundlagen des Projektmanagements
- Projektplanung und alle wichtigen Begriffe des Projektmanagements

Grundlagen des Marketing
- Bedeutung des Marketings für ein Unternehmen, ein Projekt, ein Produkt oder eine Dienstleistung sowie für die eigene Person
- Die Rahmenbedingungen des Marketings (KundInnen, Wettbewerb, Kosten)
- Instrumente und Elemente des Marketings: Marktforschung, Produktpolitik, Preispolitik, Konditionenpolitik, Vertriebspolitik, Kommunikationspolitik, Werbung

Grundlagen des Verkaufs von Projekten, Produkten und Dienstleistungen
- Grundlagen erfolgreichen Verkaufs
- Verkaufsgespräche
- Firmenkundenverkauf

Der Preis beinhaltet das zweibändige Lehrwerk.

D50015 60,00 Ustd. 455,– €
15 Abende, ab 13.9.2012
Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Thomas Rodig

D50015BU 60,00 Ustd. 455,– €
Bildungsurlaub
1 Woche und 2 Samstage,
ab 29.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Sa, 10. und 17.11.2013
9:00 – 17:30 Uhr
Thomas Rodig

E50015BU 60,00 Ustd. 455,– €
Bildungsurlaub
1 Woche und 2 Samstage,
ab 28.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Sa, 9. und 16.2.2013
9:00 – 17:30 Uhr
Thomas Rodig

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Beruf und Karriere

Wirtschaftskompetenz, Führung und Management

Kompaktlehrgang Buchführung

Geprüfte Fachkraft für Finanzbuchhaltung (vhs)

Die nachfolgenden Lehrgänge können mit Zertifikatsprüfungen des Volkshochschulverbandes abgeschlossen werden (zusätzliche Prüfungsgebühr € 50,–/Prüfung). Wer alle drei Teilprüfungen erfolgreich abgeschlossen hat, erhält das Gesamtzertifikat »Geprüfte Fachkraft für Finanzbuchhaltung vhs«. Vorkenntnisse: Bei Grundlagen keine, danach der Besuch der jeweils vorangehenden Kurse oder nachgewiesene vergleichbare Kenntnisse.
Herr Crisolli ist Wirt. Dipl.-Betriebswirt.

Buchführung – Grundlagen
- Buchführungs- und Aufzeichnungspflichten
- Inventur, Inventar, Bilanz
- Errichten von Bestandskonten
- Bilden von Buchungssätzen
- Kontenrahmen und Kontenplan
- Erfolgskonten
- Privatkonto
- Umsatzsteuer
- Steuern
- Anzahlungen
- Abschreibung

D50020 60,00 Ustd. 330,– €
15 Abende, ab 11.9.2012
Di + Do, 18:00 – 21:00 Uhr
Fabio Crisolli

Buchführung – Aufbau
- Import /Export
- Umsatzsteuer-EU-Recht
- Abschreibung des beweglichen Anlagevermögens
- Abschreibung unbeweglicher Wirtschaftsgüter
- Abschreibung immaterieller Wirtschaftsgüter
- geleistete und erhaltene Anzahlungen
- sonstige Forderungen und sonstige Verbindlichkeiten
- Rechnungsabgrenzungsposten
- Rückstellungen
- Bewertung der Vermögenswerte und Schulden zum Jahresabschluss
- Bewegliche Wirtschaftsgüter
- Unbewegliche Wirtschaftsgüter
- Immaterielle Wirtschaftsgüter
- Forderungen
- Verbindlichkeiten

D50030 60,00 Ustd. 330,– €
15 Abende, ab 15.11.2012
Do + Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Fabio Crisolli

Buchführung am PC mit Lexware Buchhalter

Dieser Kurs setzt neben den Buchführungskenntnissen der beiden vorangehenden Kurse Kenntnisse im Umgang mit dem PC und eines Betriebssystems voraus!

D50036 40,00 Ustd. 340,– €
10 Abende, ab 10.9.2012
Mo + Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Fabio Crisolli

Buchführung am PC mit DATEV

DATEV ist eine der führenden Software-Anwendungen im Buchhaltungsbereich, mit der die meisten Steuerberater arbeiten. Dieser Kurs kann alleine als Einführung in die Software besucht werden, kann aber auch als dritter Prüfungskurs im Rahmen der Fachkraft für Finanzbuchhaltung dienen. Neben den Kenntnissen der beiden vorangehenden Kurse (Grundlagen und Aufbau) setzt er grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem PC und eines Betriebssystems voraus.
- Welchen Kontenrahmen wähle ich?
- Wie ist der Aufbau der Kontenrahmen und wie erfolgt die Neuanlage eines Mandanten mit Adressdaten und Programmdaten?
- Wie leiste ich vorbereitende Buchhaltungsarbeiten in der Praxis (Erstellen eines Kassenbuches, Rechnungseingangsbuches, Rechnungsausgangsbuches und einer Bruttolohnverbuchung), wie erfolgt die korrekte Kontierung der Geschäftsvorfälle?
- Erfassung der Geschäftsvorfälle über Dialog- und Stapelerfassung
- Ausgabe der betriebswirtschaftlichen Auswertungen, der Summen- und Saldenliste, der Buchungsjournale und der Konten
- Ausgabe der Umsatzsteuervoranmeldung und ZM-Meldung
- Offene-Posten-Auswertung
- Monatsabschluss
- Vorbereitende Buchungen zum Jahresabschluss

D50040 40,00 Ustd. 340,– €
10 Abende, ab 7.11.2012
Mi + Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Fabio Crisolli

Führung und Management

Führung Intensiv

Führen ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Lernen Sie, wie die Übernahme einer Führungsaufgabe gelingt und wie Sie Ihre Führungskompetenz steigern können. Nutzen Sie die Gelegenheit, ihr Führungsverhalten zu verbessern und optimieren Sie ihren persönlichen Führungsstil.
Dieses Training richtet sich an Menschen, die vor der Entscheidung stehen, kurz oder mittelfristig eine Führungsaufgabe zu übernehmen und erfahrene Führungskräfte, die ihre Führungsqualitäten einer intensiven Reflektion unterziehen möchten:
- Führungsrolle und Führungsverständnis
- Selbststeuerung von Teams
- Kernelemente personaler, situativer und systemischer Führung
- Prinzipien der Führung mit Macht, Verständnis und Vertrauen
- Führen in Krisen und Veränderungssituationen
- Klassiker des Scheiterns bei der Übernahme von Führung
- Konfliktmanagement und die gewinnende Konfliktlösung
- Gesprächstypen zielorientierter Führung
- Optimierung Ihres persönlichen Führungsmodells
- Werte und Ethik, aktuelle Trends

Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D50130BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 26.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Jürgen Henrici

Werteorientiertes Führen und Leiten

Dieser Bildungsurlaub fragt nach dem Zusammenhang von Führung und Spiritualität. Spiritualität hat den Menschen im Blick, setzt dort an, wo es um die zentrale Frage geht, wie es gelingen kann, eine lebensbejahende Spiritualität so in ein Unternehmen zu integrieren, dass der Mensch zu sich geführt und die eigene Arbeit als sinnvoll erlebt wird.
Neben der Bearbeitung zahlreicher Aspekte werteorientierter Führung beinhaltet die Veranstaltung einen sog. »Oasentag« (Mittwoch), der dazu einlädt, mitten im Arbeitsprozess eine schöpferische Pause einzulegen, um neue Kraft zu schöpfen , um den eigenen Wünschen und Kräften auf die Spur zu kommen. Dies geschieht mit Hilfe von zahlreichen Impulsen, Stillephasen und Meditation, kreativem Arbeiten, der Lektüre von Texten der abendländischen Tradition, Körperübungen und gemeinsamem Austausch (Reflexion). An diesem Tag dürfen Sie ausruhen, kosten, genießen und sich fallen lassen – und lernen ganz nebenbei, die vielen Oasen in Ihrem Alltag aufzuspüren und von ihnen neue Kraft zu bekommen.
- Authentisch, ehrlich und sich selbst treuen bleiben
- Eigene Stärken und Schwächen, Gedanken und Emotionen erkennen lernen und sie produktiv weiterentwickeln
- Krisen als Lernfelder nutzen
- Durch Empathie, Menschlichkeit und gesellschaftliches Engagement in der Unternehmensführung einen kooperativ-partnerschaftlichen Führungsstil ermöglichen
- Achtsame und angstfreie Kommunikation
- Klarheit, Motivation und Entscheidungskompetenz durch eine Unternehmensausrichtung auf der Basis von Grundwerten, Werten und Normen
- Kennenlernen wichtiger philosophischer und theologischer Konzepte (Aristoteles, Regula Benedicti, Thomas von Aquin, Machiavelli u.a.) und Definition eigener Werte und Maßstäbe

Der »Oasentag« führt zum »Schloss Freudenberg« (Eintritt etwa €10–, nicht im Preis inbegriffen!).
Herr Da Re ist Diplom-Theologe und ev. Pfarrer.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D50140BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 29.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Stephan Da Re

Erfolgreich führen
Special für Frauen

Frauen in Führungspositionen sind leider immer noch selten anzutreffen. Zum einen, weil sie in vielen Unternehmen nicht dazu ermutigt und entsprechend gefördert werden. Zum anderen, weil sich viele Frauen eine solche Aufgabe nicht zutrauen (obwohl sie es könnten!) oder es sich aus Furcht vor möglichen Machtspielen nicht zumuten wollen.
Dass es sich trotzdem für Frauen lohnt, eine Führungsaufgabe zu übernehmen, dazu möchte dieses Seminar ermutigen! Vielleicht stehen Sie ja bereits in den Startlöchern für eine Führungsposition, und wünschen sich einen Erfahrungsaustausch von Frau zu Frau »aus erster Hand«? Dank der mehrjährigen, erfolgreichen Führungserfahrung der Dozentin als einzige Frau auf Leitungsebene enthält das Seminar viele wertvolle Tipps und Anregungen aus der Praxis.
– Die aktuelle Situation von Frauen in der Wirtschaft
– Genderspezifische Unterschiede im Führungsverhalten – gibt es sie wirklich?
– Führungskompetenz und Unternehmenskultur heute
– Was Frauen in Führungspositionen beachten müssen
– Die fünf Erfolgskompetenzen
– Typische Frauen-Skills: Mitarbeiterorientierung, Kommunikation, Organisation
– Mitarbeiterführung durch Wertschätzung, emotionale Bindung, Vertrauen
– Wichtige Softskills zur Zielerreichung
– Grenzen setzen: Zuständigkeiten klären, Nein-Sagen können
– Gut gegen Fallstricke: Netzwerken

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach

D50142 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Erfolgreich führen
Bildungsurlaub für Frauen

Ein Intensiv-Führungstraining im geschützten Rahmen für Frauen, die eine Leitungsfunktion in der Wirtschaft anstreben oder bereits vorhandene Führungskenntnisse erweitern möchten.
In dieser Woche erhalten Sie einen umfassenden Einblick in die vielfältigen Erfordernisse einer Führungsposition. Sie befassen sich mit den fünf Erfolgskompetenzen, die eine Führungskraft beherrschen sollte, um erfolgreich zu sein. Neben der fachlichen und persönlichen Qualifikation geht es u. a. um die Themen Kommunikation, Mitarbeiterführung sowie um die Entwicklung der eigenen Handlungs-, Motivations- und Delegationsfähigkeit. Im Rahmen von interaktiven Vorträgen, Diskussionsrunden, anhand von Fallbeispielen, Einzelübungen, Gruppenarbeit und Rollenspielen werden erste Schritte erarbeitet, um den eigenen, authentischen Führungsstil zu entwickeln. Mit zusätzlichen Anregungen und Tipps aus der Praxis wird so eine solide Basis für einen guten Einstieg in die berufliche Karriere bzw. deren Weiterentwicklung geschaffen.
Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

E50142BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 21.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Heute Kollege, morgen Chef!
Check-up
für Nachwuchsführungskräfte

Der Rollentausch vom Kollegen zum Vorgesetzten ist nicht einfach. Die eigenen Wünsche und Erwartungen und die der Kollegen und Mitarbeiter sind hoch. Vermeiden Sie die »Klassiker des Scheiterns«, denn ein Fehlstart kann teuer werden. Bereiten Sie sich gezielt auf ihre neue Führungsrolle vor und starten Sie sicher und souverän in Ihre Aufgabe als Führungskraft.
Sie erhalten hilfreiche Tipps, wie Sie Ihre neue Rolle und die Führungsaufgabe meistern können. Sie erarbeiten anhand von konkreten Fallbeispielen und Übungen das eigene Führungskonzept.
– Gewinnen Sie Klarheit über Ihre Rolle als Führungskraft
– Von der Fach- zur Führungskraft
– Erfolgreiche Kommunikation
– Grundlagen der Führung
– Situative und systemische Führung
– Konkrete Fallbearbeitung
– Das eigene Führungsmodell entwickeln

Frau Bodenschatz ist Managementtrainerin und Coach.

D50145 14,00 Ustd. 130,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Bettina Bodenschatz

Teamentwicklung als Führungsaufgabe

Das Führen von Teams stellt hohe Ansprüche an die eigenen persönlichen Fähigkeiten. Es geht u. a. darum, die Teamentwicklung als Prozess zu verstehen, die Grundlagen für kooperatives Verhalten zu schaffen, die individuellen Unterschiedlichkeiten im Team zu integrieren sowie konstruktiv mit Ausgrenzung oder Konflikten im Team umzugehen. Teamleitung beinhaltet somit, eine möglichst positive Arbeitsatmosphäre im Team aufzubauen und in der Regel über einen längeren Zeitraum hinweg aufrecht zu erhalten. Erst dadurch wird der erforderliche Rahmen geschaffen, in dem sich die Potenziale der einzelnen Teammitglieder entfalten und zu einem übergeordneten Ganzen verbinden können.
Dieses Tagesseminar vermittelt Führungskräften und all denen, die berufsbedingt vor der Herausforderung stehen, ein Team zu leiten, grundlegende Kenntnisse zur Menschenführung, zur Struktur gebenden Teamorganisation und zu den einzelnen Aspekten der verschiedenen Teamphasen, um ihre Aufgabe erfolgreich bewältigen zu können.
Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach.

D50150 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Vertrauen Füh®t

Worauf es im Beruf und im Unternehmen ankommt: Vertrauen ist heute wichtiger denn je. Nichts ist wichtiger zwischen Menschen, egal ob Partner, Mitarbeiter, Kollegen oder Chef. Ohne Vertrauen ist keine Führung erfolgreich, kein Kunde zu binden und kein Unternehmen zukunftsfähig. Dieser Kurs holt Vertrauen aus dem idyllischen Winkel. Er weist nach, dass sich Vertrauen rechnet und ein harter Faktor ist. Der Kurs zeigt Ihnen einen direkten und schnellen Weg zum »SOFORT-VERTRAUEN«.
Das nehmen Sie mit: Vertrauen geben, schafft Mehrwert für Ihren Gesellschaftsbeitrag. Konkret umsetzbare Ergebnisse zur eindeutigen Vertrauensführung – mit persönlichem Entwicklungsplan zur Erreichung Ihrer klarer Ziele. Selbst- und Fremdbild von Ihrem Vertrauenskonzept werden substanzielle Bestandteile des Kurses sein.
Felix Maria Arnet ist zertifizierter systemischer Business Coach und Geschäftsführer einer Beratungspraxis für Persönlichkeitsentwicklung

E51250 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 25.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 26.1.2013, 9:00 – 17:00 Uhr
Felix Maria Arnet

Mitarbeiter erfolgreich fördern und fordern

Mitarbeiter richtig zu führen hat enormes Potential: Man kann den Erfolg einer Firma oder eines Teams nicht nur optimieren, sondern potenzieren.
– Was ist Führung und wozu dient sie?
– Wie wirken ich und mein Führungsstil auf meine Mitarbeiter?
– Motivation – wie funktioniert das?
– Wie delegiere ich Aufgaben, ohne die Kontrolle über die Umsetzung zu verlieren?
– Zielvereinbarungen treffen zum Nutzen aller Beteiligten
– Mitarbeitergespräche ergebnisorientiert durchführen
– Wie verhalte ich mich in Konfliktsituationen richtig?

Wenn Sie bereits erste Erfahrungen mit dem Führen von Mitarbeitern gemacht haben, bzw. sich darauf vorbereiten, gibt Ihnen dieser Kurs konkrete Hilfestellung. Neben den theoretischen Grundlagen werden die Inhalte in Gruppenarbeiten und Rollenspielen eingeübt. So können alle Teilnehmer an konkreten Beispielen mögliche Fehlerquellen erkennen und sich einen sicheren Führungsstil aneignen.
Eine (arbeits-)rechtliche Beratung kann hier nicht gegeben werden.
Uwe Juli ist Bankdirektor, Trainer und Coach.

D50180 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 17:30 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 8:30 – 18:00 Uhr
Uwe Juli

Beruf und Karriere

Projektmanagement, Selbst- und Sozialkompetenz

Projektmanagement

Projekte organisieren und erfolgreich durchführen

Unklare Kompetenzen, Aufgaben und Ziele sowie unrealistische Planung lassen viele Projekte scheitern. Selbst jahrelange Mitarbeit in Projekten bringt nicht automatisch das know-how eines Projektleiters.
In diesem Seminar lernen Sie, wie man Projekte definiert, sie systematisch gliedert, plant, durchführt und auswertet. Sie lernen die wichtigsten Methoden und Werkzeuge und ihre Anwendung kennen. Sie erkennen Probleme in Organisation und Projektabwicklung und die Anforderungen an den Projektleiter.
– Projektinitialisierung: Zieldefinitionen, Stakeholder-/, Risikoanalyse, -management
– Aktivitätenplanung: Allgemeines, Projektstrukturplan, Meilensteine
– Netzplantechnik, Ablauf- und Terminplanung, kritischer Pfad
– Ressourcen- und Kostenplanung, Aufwandsschätzung, Prioritäten
– Projektkontrolle und -steuerung, Basisplan, Trendanalysen

Die einzelnen Einheiten werden anhand eines Beispiels praktisch geübt.
Herr Reuscher ist Projektmanagementdienstleister.Den gültigen Ablaufplan für den Bildungsurlaub erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D50210 30,00 Ustd. 295,– €
2 Wochenenden, ab 5.10.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Siegfried Reuscher

D50210BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 10.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Siegfried Reuscher

Erfolgsfaktoren des Projektmanagements

Kommunikation und Konfliktmanagement in Projekten

Projekte scheitern nicht an Technik sondern an Menschen. Lernen Sie in diesem Workshop, erklärbare Mechanismen zu erkennen, die dazu führen, dass es in Projekten »menschelt«.
Erfahren Sie, wie Sie Konflikte im Umgang mit anderen Projektmitarbeitern vermeiden können und bei Konflikten deeskalierend reagieren.
Erfahren Sie, was die Menschen in Projekten zu Höchstleistungen anspornt und was sie sicher demotiviert:
Der Workshop arbeitet mit Instrumenten aus
– Transaktionsanalyse
– Konstruktiver Feedbackkultur
– Gewaltfreier Kommunikation
– Spielerischen Techniken zur Problemlösung
– Coaching

Herr Flachenäcker ist systemischer Coach und zert. Projektmanager.

D50215 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Robert Flachenäcker

Projektmanagement mit MS-Project

Sinnvoller Einsatz der Funktionen der Projektplanungssoftware in der Projektplanung und -durchführung:
– Benutzeroberfläche
– Projektstrukturplan
– Anordnungsbeziehungen (Netzplan)
– Ressourcenplanung
– Planspiele, was wäre wenn?
– Prioritäten
– Projektkontrolle und –steuerung
– Berichtswesen

Vorkenntnisse: Kenntnisse zum Thema Projektmanagement und gute EDV-Grundkenntnisse (Windows 7).
Herr Reuscher ist Projektmanagementdienstleister.

D50220 15,00 Ustd. 185,– €
1 Wochenende
Fr, 14.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 15.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Siegfried Reuscher

Selbst- und Sozialkompetenz am Arbeitsplatz

Kreative Köpfe schlagen Kapital!

Wie Sie Ihre kreative Intelligenz im Beruf besser einsetzen können
In Zeiten des allgemeinen Umbruchs sind Sie als Verantwortungs- und Entscheidungsträger gefragt, auf komplexe Herausforderungen der Zukunft passende Möglichkeiten zu finden. Aus diesem Grund benutzen Führungstheorien von heute das »Prinzip des Künstlers«, der vor einer leeren Leinwand steht und wie aus dem Nichts ein neues Bild gestaltet. Auch Führende müssen heutzutage solche »weißen Blätter« der Zukunft sinnvoll beschreiben.
In dieser Woche erhalten Sie Einblick in die Prinzipien der Kreativität, einen offenen Raum zum Dialog, reichhaltige Anregungen für sich und Ihre Tätigkeit, eine Menge Input und Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten, die sich durch eine Erweiterung Ihrer Sichtachsen ergeben. Kreativität heißt: neue Möglichkeiten erkennen und diese in vielfältiger Weise umsetzen.
Wir beschäftigen uns mit folgenden Schwerpunkten:
– Wie kann ich meine Möglichkeiten erweitern und vertiefen?
– Wie kann ich mein Leben auch nach Wichtigem, nicht nur nach Dringlichem ausrichten?
– Wie gehe ich effizienter mit mir und meiner Zeit um?
– Wie kann ich innovative Projekte entwickeln und fördern?
– Wie kann ich meine Stärken und Kompetenzen gezielter entfalten und einsetzen?
– Wie kann ich eine klare Vision meines Lebens entwickeln und mich danach ausrichten?
– Wie kann ich das tun, was ich wirklich tun möchte? Wie kann ich Dinge loslassen, die mich behindern?
– Wie kann ich besser mit Stress umgehen und Energiepotenziale freisetzen?
– Wie kann ich mich klarer ausdrücken, ohne andere zu verletzen?
– Wie kann ich mich selbst und meine Umgebung inspirieren und fördern?

Herr Herpich ist Hochschuldozent, Botschafter für Kreativität und Buchautor.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D51400BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 5.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Thomas Julian Herpich

LEBENSLANGES **LERNEN** HEISST, DIE RICHTIGEN **QUELLEN** NUTZEN!

Kommen Sie deshalb zu uns in die Hochschul- und Landesbibliothek RheinMain. An den vier Standorten in Wiesbaden finden Sie alles zu unseren Schwerpunktthemen:
- Architektur und Bauingenieurwesen
- Jura und Wirtschaft, Sozialwesen
- Design, Informatik und Medien
- Geschichte sowie Literatur über die Stadt Wiesbaden und die Region.

Aber es gibt noch viel mehr, was Sie bei uns lesen und ausleihen sowie in unseren Datenbanken recherchieren können!

Besuchen Sie uns im Internet unter
www.hs-rm.de/bibliothek
oder kommen Sie einfach vorbei.

Wir beraten Sie gerne!

Bibliothek Kurt-Schumacher-Ring 18
Tel.: +49 611 9495-1186

Bibliothek Bertramstraße 27
Tel.: +49 611 9495-3133

Bibliothek Unter den Eichen 5
Tel.: +49 611 9495-2180

Landesbibliothek Rheinstraße 55/57
Tel.: +49 611 9495-1820

Anzeige

Entdecken Sie Ihre Sieben Sterne zur Kreativität!

Die Sieben Sterne stellen Sieben Prinzipien der Kreativität dar, die Sie dabei unterstützen Ihr (verstecktes) Potenzial zu aktivieren und die wesentlichen Ziele in Ihrem Leben abzustecken und zu erreichen:

– Wie können Sie das Mindset Ihrer Persönlichkeit nach kreativen Prinzipien ausrichten und Ihre speziellen Fähigkeiten klarer nutzen?
– Wie können Sie mehr Klarheit in Ihrer Kommunikation schaffen, um zu Menschen bessere Verbindungen zu gestalten?
– Wie können Sie wertvolle Ideen in bedeutungsvolle und erfolgreiche Projekte umsetzen?

Sobald sich Menschen mit den Sieben Prinzipien der Kreativität beschäftigen, werden verschiedene Bereiche ihres Lebens davon berührt.
Herr Herpich ist Hochschuldozent, Botschafter für Kreativität und Buchautor.

E51405BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 4.2.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Thomas Julian Herpich

Erfolgreich sein – Mensch bleiben

Balance zwischen Beruf und Privatleben

Kann ich nur erfolgreich sein, wenn ich meine eigenen Bedürfnisse zurücknehme? Wie bringe ich die Bedürfnisse der anderen (Kollegen, Mitarbeiter, Vorgesetzte, Kunden) und meine eigenen in »Balance« und finde neue Wege, auch bei Anspannung von außen innerlich ruhig und gelassen zu bleiben? In diesem Bildungsurlaub entdecken Sie leicht anwendbare Methoden für den eigenen Arbeitsalltag. Es wird gearbeitet mit Methoden des Resonanzcoachings, einem ganzheitlichen Modell, das die wirksamsten Werkzeuge aus Superlearning, Hypnose, Mentaltraining, Logotherapie, systemischen Methoden, NLP sowie Erlebnispädagogik integriert:

– Vom Stress in die Entspannung: Schnell und überall Kraft tanken und entspannen
– Alte Muster erkennen und mit neuen wirksameren Verhaltensstrategien ergänzen
– Negative Gefühle effizient und rasch entmachten
– Spiele in der Kommunikation erkennen und auflösen
– Teufelskreis von Verletzungen und Missverständnissen beenden
– Neue Rollenbilder für Beruf und Privat finden
– Burnout-Symptome erkennen und ernst nehmen
– Mit Freude zur Arbeit – mit Freude nach Hause
– Fehlerloses Arbeiten durch bessere Konzentration und besseres Fokussieren
– Wechsel zwischen Berufs- und Privatleben leichter vollbringen

Ernst Serth ist ausgebildeter Resonanzcoach.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D50310BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 12.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Ernst Serth

Der APAG-Test®

Workshop
(Allgemeiner Persönlichkeits- und Arbeits-Gewohnheiten-Test)

Der APAG-Test® (Allgemeiner Persönlichkeits- und Arbeitsgewohnheiten-Test) ist von der Psychologin Angelika Gulder entwickelt worden. Er unterstützt Menschen dabei, sich selbst und das eigene Verhalten besser zu verstehen. Zusätzlich hilft der APAG-Test Verständnis für das Erleben und Verhalten anderer Menschen zu entwickeln – eine nicht zu unterschätzende Fähigkeit im Umgang miteinander.
Wer über Unterschiede, Neigungen und Präferenzen von sich und anderen Bescheid weiß und sie bewusst wahrnimmt, respektiert und einbezieht, wird in seiner Umgebung besser zurechtkommen.
Innerhalb des Workshops klären wir unter anderem die Fragen

– woraus Sie ihre Energie beziehen
– was »Stress« ganz individuell für Sie bedeutet
– wie Sie grundsätzlich Dinge wahrnehmen
– wie Sie auf Andere wirken
– was Ihr bevorzugter Kommunikationsstil ist
– ob Ihre persönlichen Präferenzen mit Ihren beruflichen Schwerpunkten zusammenpassen
– welchen Lebensstil Sie pflegen
– wie Sie generell Entscheidungen in Ihrem Leben treffen.

Frau Schaumberg ist Dipl. Sozialarbeiterin und Ganzheitlicher Coach.

D50320 8,00 Ustd. 85,– €
1 Samstag, 24.11.2012
9:00 – 16:00 Uhr
Julia Schaumberg

Xing, Facebook und Co.

Hype oder hilfreiches Karriere-Instrument?

In unserer heutigen global agierenden Geschäftswelt sind Netzwerke nicht mehr wegzudenken. Neben persönlichen Ansprachen und Treffen kommen auch immer neue virtuelle Netzwerke auf den Markt. Von Schlagworten wie »Social Media«, »Social Communities« ist die Rede. Was ist wirklich an diesem Trend dran, sich bei »XING, Facebook und Co.« einzuloggen – sind diese Plattformen nur »Hype« oder können sie das berufliche Fortkommen wirklich positiv beeinflussen?

– Grundlagen des »Networking« – Nutzen und Quellen für Kontaktaufbau, insbesondere für die eigene berufliche Karriere
– Social Communities« im Internet – kritische Betrachtung
– Xing, Facebook und Co im Bewerbungsprozess – wie kann ich es nutzen?
– Wie nutzen Unternehmen diese Instrumente?
– Was sollte man unbedingt beachten, wenn man sich »online« in diesen Netzwerken »bewegt«
– Karriereinstrument sinnvoll nutzen, Karriereschäden vorbeugen
– Was steht über mich eigentlich im Internet? Wie überprüfe ich das?
– Wie können im allgemeinen Kontakte verwaltet und gepflegt werden?
– Welche Alternativen zu Online-Netzwerken gibt es?

Frau Schleines ist Sparkassenbetriebswirtin und Unternehmensberaterin

D50360 10,00 Ustd. 105,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 19:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Karin Schleines

Business mit Hirn, Herz und Körper

für Menschen, die mit Freude arbeiten und gemeinsam erfolgreich sein wollen

(Bildungsurlaub)
In diesem Bildungsurlaub geht es um Haltung – eine ganzheitliche Haltung dem Leben, meiner Arbeit, mir selbst und meinem Umfeld gegenüber. Diese Haltung spiegelt sich im Körperlichen wie im Denken und Handeln wider:

– Wie verhalte ich mich – meinen Kollegen, Kunden, Mitarbeitern, Vorgesetzten gegenüber?
– Kann ich dem Wandel der Zeit, den Veränderungen im Unternehmen, den allgemeinen Anforderungen im Beruf, dem Stress, der Schnelligkeit, dem Druck standhalten?
– Was hält mich von innen? Wie bleibe ich zentriert? Und wie schaffe ich es, auf meine innere Stimme zu hören?
– Welche Haltung habe ich mir selbst gegenüber und meiner Arbeit?
– Wie kann ich Freude empfinden und das Positive in mir und meiner Arbeit sehen?
– Wie erkenne ich den Wert meiner Arbeit und meinen wertvollen Beitrag zum Ganzen?
– Und wie kann man gemeinsam erfolgreich sein?

Um uns diesen Themen und Fragen anzunähern und sie zu bewegen, werden auch wir uns in dieser Woche bewegen – zu meinen Methoden gehören Einzel- wie Gruppenübungen, Rollenbeispiele und verschiedene Techniken für Körper und Geist-Wahrnehmen, Beobachten, Zuhören, Sprechen, Denken, Inspirieren lassen… Dazu werden wir uns nicht nur in den Räumen der vhs bewegen, sondern auch im näheren Umkreis (z.B. Nerotal)
Norea Fleshman ist Prozessbegleiterin zur ganzheitlichen Untermnehmensführung.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D50315BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 8.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Norea M. Fleshman

Leistungsfähiger sein – entspannter arbeiten

Bildungsurlaub

Ein bestimmter Stresslevel am Arbeitsplatz ist so selbstverständlich geworden, dass die daraus entstehenden Belastungen manchmal kaum noch wahrgenommen werden. Die Gewöhnung an bestimmte Begleiterscheinungen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen, allgemeine Unzufriedenheit und Unruhe sowie Essstörungen oder übermäßiger Alkoholkonsum – um nur einige zu nennen – lässt oft keinen Zusammenhang mehr zwischen Ursache und Wirkung erkennen und ermöglicht damit auch keine Einflussnahme.

In diesem Bildungsurlaub werden die Zusammenhänge von Stress, Entspannung, Bewegung und Ernährung sowie Auswirkungen auf die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit im Job verdeutlicht. Darüber hinaus geht es um praktische Bewältigungsmöglichkeiten von Stress am Arbeitsplatz, kurze Entspannungsübungen für zwischendurch, Essgewohnheiten und das Bewegungsverhalten sowie den Umgang mit Genussmitteln. Es wird ein ganzheitlicher Ansatz gesundheitsbewussten Verhaltens für Berufstätige in Theorie und Praxis vorgestellt.

D83220BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 8. – 12.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Hauser-Bürklein, Wolfram Krug, Claudia Roth

Business NLP Schnupperkurs

Mit NLP (=Neuro-Linguistisches Programmieren) erhalten Sie eine der effektivsten Möglichkeiten, sich gezielt und sehr effektiv zu verändern. Sie lernen Sich selbst immer wieder in einen exzellenten Zustand zu bringen und eine neue persönliche Freiheit zu erleben. Davon profitieren Sie, Ihre Kunden, Ihre Kollegen und Mitarbeiter, kurz: Ihr ganzes Umfeld.

– Verabschieden Sie sich von alten Ängsten
– Lernen Sie störende Blockaden aufzulösen
– Kommunizieren Sie auf allen Sinneskanälen
– Sie werden ein starkes Selbstbewusstsein entwickeln
– Sie werden Sprache nutzen können, um Kunden und Mitarbeiter zielorientiert und elegant zu führen
– Ihre Menschenkenntnis wird sich deutlich steigern

Darüber hinaus werden Sie angeleitet, durch Verinnerlichung des NLP-Wissens, ihren eigenen Stil zu entwickeln und die Formate integrativ und situationsspezifisch anzuwenden.

– Einführung in die Grundlagen des NLP
– Wege, das rationale, digitale Denken durch analoges Denken zu erweitern.
– Submodalitäten-Techniken
– Wertehierarchien erkennen und verändern
– Einschränkende Überzeugungen erkennen und verändern
– Arbeit mit widersprüchlichen Werten und Überzeugungen
– Time-Line High-Performance
– Meta-Programme

Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D50410BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 19.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
N. N.

Konflikte lösen, schwierige Situationen souverän bewältigen

Ärger mit Vorgesetzten? Konflikte mit Mitarbeitern? Schwierige Kollegen? Konflikte entstehen überall dort, wo Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen und Interessen zusammentreffen. Doch Konflikten auszuweichen hilft niemandem – am allerwenigsten Ihnen: Sie schwächen Ihre Persönlichkeit, Beziehungen gehen kaputt, beruflich und privat. Die Klärung und Vermittlung der Standpunkte und Interessen von Konfliktparteien ist wesentlicher Bestandteil des Konfliktmanagements. Im Mittelpunkt dieses lebendigen, praxisnahen Seminars steht die Vermittlung
einer lösungsorientierten Sichtweise auf Konflikte. Ziel ist es, Beziehungs- und Sachkonflikte klar voneinander zu trennen und Ihre Konfliktkompetenz zu erhöhen. Denn: Aus jedem Konflikt ziehen Sie einen Nutzen für sich selbst!

– Was ist ein Konflikt?
– Ursachen und Merkmale von Konflikten
– Welche Konfliktarten gibt es?
– Wie entsteht ein Konflikt?
– Heiße und kalte Konflikte
– Förderndes und hemmendes Verhalten
– Konflikt-Vermeidungsstrategien
– Wozu sind Konflikte da?
– Kommunikationstechniken bei Konflikten
– Mit Konflikten schaffen Sie Klarheit über Ihre Ziele

Eva Heymann ist Marketing- und Kommunikationsberaterin und Trainerin.

D50420 11,00 Ustd. 115,– €
1 Samstag, 8.9.2012
9:00 – 18:00 Uhr
Eva Heymann

Probleme sind zum Lösen da…

Workshop zur Erhöhung der persönlichen Problemlösekompetenz für den Berufsalltag

Überall wo Menschen zusammenarbeiten besteht ein hohes Potenzial für Probleme und lähmende Konflikte. Die meisten davon sind vermeidbar.

Dieser Workshop erhöht nachhaltig Ihre Kompetenz im Umgang mit anderen Menschen und zudem Ihre persönliche Problemlösekompetenz.

– Erfahren Sie, wie und warum Sie und Andere im täglichen Miteinander interagieren und welche wiederkehrenden positiven und negativen Mechanismen dabei wirken.
– Lernen Sie problematische Situationen zu erkennen und deeskalierend zu agieren um eine konstruktive Harmonie herzustellen und zu erhalten.
– Lernen Sie Methoden kennen, mit Hilfe derer Sie künftig alleine oder zusammen mit Anderen Probleme und kniffelige Fragestellungen effizienter lösen können.

Das alles verringert Reibungsverluste in Organisationen und Projekten. Es bleibt Ihnen mehr Energie für die eigentliche Aufgabe!

Herr Flachäcker ist systemischer Coach und zert. Projektmanager.

D50440 12,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Robert Flachenäcker

Einfach souverän!

Persönlichkeitsentwicklung für Frauen

Souveräne Vorgesetzte, Kollegen und Mitarbeiter – wer würde sich die nicht wünschen? Denn »souverän« ist beispielsweise, wer sich nicht so schnell aus der Fassung bringen lässt, flexibel und gelassen mit unvorhergesehenen Situationen umgeht, in Konfliktsituationen sachlich bleibt und den Überblick behält. Souveräne Menschen gehen ihre Aufgaben mit Weitblick und Umsicht an, sind zuverlässig und vermitteln Vertrauen. So verstanden, ist Souveränität ein Ausdruck persönlicher Reife und Bewusstheit. Wie können Sie selbst souveräner im Beruf werden?

Einen sinnvollen Anfang bildet die Auseinandersetzung …

– mit Ihrer eigenen Persönlichkeit,
– mit Ereignissen, die Ihr Leben, und damit möglicherweise auch Ihr Berufsleben, geprägt haben,
– mit den verschiedenen Rollen, die Sie privat wie beruflich einnehmen,
– mit den Hintergründen von Verhaltensmustern, die auch im Beruf Wirkung zeigen.

Ziel dieses Seminars ist es, dass Sie sich selbst bewusster wahrnehmen und reflektieren können, und übergeordnete Strukturen erkennen lernen. Dann ist der Schritt zum souveränen Handeln nicht mehr weit.

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach.

D50442 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 16:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Sich selbst-bewusst-sein – den beruflichen (Selbst) Wert steigern

Mit Leichtigkeit und Weiblichkeit Karriereziele erreichen (Für Frauen)

Sie kennen Ihre Stärken, doch manchmal zweifeln Sie an Ihren Fähigkeiten. Sie erbringen Höchstleistungen bis hin zum Perfektionismus, doch gelegentlich stellen Sie Ihre eigene Kompetenz in Frage. Sie verfolgen ein Ziel, doch häufig zögern Sie, Ihren Weg selbstbewusst zu gehen.

Selbst Menschen in gehobenen Positionen oder mit langer Berufserfahrung kennen diese Symptome. Dieser intensive Workshop ist für Frauen geeignet, die beruflich und persönlich vorankommen oder den Neu- oder Wiedereinstieg in den Beruf aktiv gestalten möchten, Frauen, die sich dabei selbst-bewusst sein wollen.

Gemeinsamen beleuchten wir Hintergründe und Muster des weiblichen Selbstwerts. Sie lernen, hinderlichen Denk- und Verhaltensmuster zu erkennen und zu umgehen. Sie erarbeiten, wie Sie sich selbst und Ihre Umwelt neu bewerten können, um ein positiveres Selbstbild zu entwickeln und selbst-sicherer in Ihren Lebens- und Berufsentscheidungen zu werden. Wir arbeiten einzeln, interaktiv und in der Gruppe.

- Anatomie des Selbstbewusstseins
- Fremd- und Selbstentwertung erkennen und stoppen
- Selbstachtung pflegen
- Nein sagen wollen und können
- Energiespender und Ressourcen nutzen lernen
- Entscheidungen treffen und umsetzen

Frau Wissemann ist Karriereberaterin und Selbstbewusstseinstrainerin.

D50445 20,00 Ustd. 195,– €
1 Wochenende
Sa, 24.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
So, 25.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
Claudia Wissemann

Führungs- und Methodenkompetenz für Frauen

Erfolgreich führen

Special für Frauen

Frauen in Führungspositionen sind leider immer noch selten anzutreffen. Zum einen, weil sie in vielen Unternehmen nicht dazu ermutigt und entsprechend gefördert werden. Zum anderen, weil sich viele Frauen eine solche Aufgabe nicht zutrauen (obwohl sie es könnten!) oder es sich aus Furcht vor möglichen Machtspielen nicht zumuten wollen.

Dass es sich trotzdem für Frauen lohnt, eine Führungsaufgabe zu übernehmen, dazu möchte dieses Seminar ermutigen! Vielleicht stehen Sie ja bereits in den Startlöchern für eine Führungsposition, und wünschen sich einen Erfahrungsaustausch von Frau zu Frau »aus erster Hand«? Dank der mehrjährigen, erfolgreichen Führungserfahrung der Dozentin als einzige Frau auf Leitungsebene enthält das Seminar viele wertvolle Tipps und Anregungen aus der Praxis.

- Die aktuelle Situation von Frauen in der Wirtschaft
- Genderspezifische Unterschiede im Führungsverhalten – gibt es sie wirklich?
- Führungskompetenz und Unternehmenskultur heute
- Was Frauen in Führungspositionen beachten müssen
- Die fünf Erfolgskompetenzen
- Typische Frauen-Skills: Mitarbeiterorientierung, Kommunikation, Organisation
- Mitarbeiterführung durch Wertschätzung, emotionale Bindung, Vertrauen
- Wichtige Softskills zur Zielerreichung
- Grenzen setzen: Zuständigkeiten klären, Nein-Sagen können
- Gut gegen Fallstricke: Netzwerken

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach

D50142 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Erfolgreich führen

Bildungsurlaub für Frauen

Ein Intensiv-Führungstraining im geschützten Rahmen für Frauen, die eine Leitungsfunktion in der Wirtschaft anstreben oder bereits vorhandene Führungskenntnisse erweitern möchten. In dieser Woche erhalten Sie einen umfassenden Einblick in die vielfältigen Erfordernisse einer Führungsposition. Sie befassen sich mit den fünf Erfolgskompetenzen, die eine Führungskraft beherrschen sollte, um erfolgreich zu sein. Neben der fachlichen und persönlichen Qualifikation geht es u. a. um die Themen Kommunikation, Mitarbeiterführung sowie um die Entwicklung der eigenen Handlungs-, Motivations- und Delegationsfähigkeit. Im Rahmen von interaktiven Vorträgen, Diskussionsrunden, anhand von Fallbeispielen, Einzelübungen, Gruppenarbeit und Rollenspielen werden erste Schritte erarbeitet, um den eigenen, authentischen Führungsstil zu entwickeln. Mit zusätzlichen Anregungen und Tipps aus der Praxis wird so eine solide Basis für einen guten Einstieg in die berufliche Karriere bzw. deren Weiterentwicklung geschaffen.

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach.

Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

E50142BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 21.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Einfach souverän!

Persönlichkeitsentwicklung für Frauen

Souveräne Vorgesetzte, Kollegen und Mitarbeiter – wer würde sich die nicht wünschen? Denn »souverän« ist beispielsweise, wer sich nicht so schnell aus der Fassung bringen lässt, flexibel und gelassen mit unvorhergesehenen Situationen umgeht, in Konfliktsituationen sachlich bleibt und den Überblick behält. Souveräne Menschen gehen ihre Aufgaben mit Weitblick und Umsicht an, sind zuverlässig und vermitteln Vertrauen. So verstanden, ist Souveränität ein Ausdruck persönlicher Reife und Bewusstheit. Wie können Sie selbst souveräner im Beruf werden?

Einen sinnvollen Anfang bildet die Auseinandersetzung…

- mit Ihrer eigenen Persönlichkeit,
- mit Ereignissen, die Ihr Leben, und damit möglicherweise auch Ihr Berufsleben, geprägt haben,
- mit den verschiedenen Rollen, die Sie privat wie beruflich einnehmen, – mit den Hintergründen von Verhaltensmustern, die auch im Beruf Wirkung zeigen.

Ziel dieses Seminars ist es, dass Sie sich selbst bewusster wahrnehmen und reflektieren können, und übergeordnete Strukturen erkennen lernen. Dann ist der Schritt zum souveränen Handeln nicht mehr weit.

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach.

D50442 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 16:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Anzeige
Rückenschmerzen Adé

Nur ein guter Bürostuhl wirkt befreiend.
Fachberatung und Topauswahl natürlich im Hause
Wiepa BÜROFACHPARTNER
ERFOLGREICH IM BÜRO!
Fritz-Haber-Straße 4
65203 Wiesbaden
Tel.: 06 11 / 9 28 47-21
www.wiepa.com

Beruf und Karriere

Selbst- und Sozialkompetenz, Büroorganisation/Sekretariat

Sich selbst-bewusst-sein – den beruflichen (Selbst) Wert steigern

Mit Leichtigkeit und Weiblichkeit Karriereziele erreichen (Für Frauen)

Sie kennen Ihre Stärken, doch manchmal zweifeln Sie an Ihren Fähigkeiten. Sie erbringen Höchstleistungen bis hin zum Perfektionismus, doch gelegentlich stellen Sie Ihre eigene Kompetenz in Frage. Sie verfolgen ein Ziel, doch häufig zögern Sie, Ihren Weg selbstbewusst zu gehen.

Selbst Menschen in gehobenen Positionen oder mit langer Berufserfahrung kennen diese Symptome. Dieser intensive Workshop ist für Frauen geeignet, die beruflich und persönlich vorankommen oder den Neu- oder Wiedereinstieg in den Beruf aktiv gestalten möchten, Frauen, die sich dabei selbst-bewusst sein wollen.

Gemeinsamen beleuchten wir Hintergründe und Muster des weiblichen Selbstwerts. Sie lernen, hinderlichen Denk- und Verhaltensmuster zu erkennen und zu umgehen. Sie erarbeiten, wie Sie sich selbst und Ihre Umwelt neu bewerten können, um ein positiveres Selbstbild zu entwickeln und selbst-sicherer in Ihren Lebens- und Berufsentscheidungen zu werden. Wir arbeiten einzeln, interaktiv und in der Gruppe.

– Anatomie des Selbstbewusstseins
– Fremd- und Selbstentwertung erkennen und stoppen
– Selbstachtung pflegen
– Nein sagen wollen und können
– Energiespender und Ressourcen nutzen lernen
– Entscheidungen treffen und umsetzen

Frau Wissemann ist Karriereberaterin und Selbstbewusstseinstrainerin.

D50445 20,00 Ustd. 195,– €
1 Wochenende
Sa, 24.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
So, 25.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
Claudia Wissemann

»Big Talk«!

Kommunikationstraining für Frauen

Für das berufliche Vorankommen ist gekonntes Smalltalken sicher hilfreich. Wichtiger ist jedoch das Einmaleins des »Bigtalks«! Denn die Beherrschung einer klaren, offenen und zeitnahen Kommunikation ist ein wesentlicher Faktor des beruflichen Erfolgs, dies gilt auch für Frauen. Dieses Seminar richtet sich deshalb speziell an Frauen und bietet den einzelnen Teilnehmerinnen einen geschützten Rahmen, die eigenen Kommunikationsthemen offen anzusprechen und diese mit anderen Frauen zu üben und zu reflektieren.

– Grundlagen der verbalen und non-verbalen Kommunikation
– Kommunikation mittels Körpersprache
– Analyse der eigenen Kommunikationsmuster
– Tipps für eine optimale non-verbale Kommunikation
– Sinnvolle Gesprächsaufbauten und Formulierungshilfen
– Adäquate Kommunikation in Konfliktsituationen
– Wichtige Komponenten der betriebs- bzw. abteilungsinternen Kommunikation Mithilfe von interaktiven Vorträgen und Fallbeispielen werden die wesentlichen Komponenten einer professionellen Kommunikation vermittelt. Einzelübungen und Rollenspiele helfen dabei, das individuelle Kommunikationsmuster zu analysieren und durch konstruktives Feedback zu reflektieren. Erklärtes Ziel ist die Bewusstwerdung und weitere Optimierung des eigenen Kommunikationsverhaltens, um erfolgreicher zu werden.

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach

D60024 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 16:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Büroorganisation und Sekretariat

Effiziente Büroorganisation

und stringentes Zeit- und Selbstmanagement

Wir alle stehen jeden Tag vor dem gleichen Problem: Es ist zu viel zu tun, aber zu wenig Zeit dafür da. Ihre Effizienz hängt in hohem Maße von einer guten Organisation und einem stringenten Zeit- und Selbstmanagement ab. Hier werden die Weichen für eine zügige und sorgfältige Abwicklung aller administrativen Bürotätigkeiten gestellt.

Ziel dieses Seminars ist, Ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, die ihnen helfen, ihre Arbeitsabläufe zu optimieren, Zeitdiebe auszuschalten und Prioritäten zu setzen – so dass sie sich selbst wirkungsvoll entlasten können. Dies ermöglicht einen souveränen Umgang auch mit steigenden Anforderungen.

– Effiziente Post- und E-Mail-Bearbeitung
– Wiedervorlage – Dokumente auf Anhieb finden
– Ablage – klar und strukturiert
– Aufgabenplanung optimieren
– Ziele formulieren und umsetzen
– Prioritäten erkennen und setzen
– Zeitdiebe entlarven und ausschalten
– Eigenen Arbeitsstil analysieren und optimieren

Frau Decker ist Trainerin für Kommunikation und Coach (FH)

D50610 10,00 Ustd. 105,– €
1 Samstag, 22.9.2012
9:00 – 17:00 Uhr
Ortrud Decker

Aufgeräumter Schreibtisch – klar strukturierte Ablage

Sie wollen wissen, welche Farbe Ihre Schreibtischplatte hat? Und alle Dokumente ohne langes Suchen griffbereit haben? Wenn Sie nicht gerade ein Organisationsta-lent sind und sich beruflich mit ganz anderen Dingen beschäftigen müssen, so haben Sie sicher schon die Erfahrung gemacht, dass das Ignorieren organisatorischer Aufgaben Sie bei Ihrer eigentlichen Arbeit doch sehr behindert. Es geht nicht nur Zeit verloren mit dem Suchen von Unterlagen, sondern auch Energie. Hinzu kommt, dass ein voller Schreibtisch den Eindruck von Überforderung und mangelndem Überblick vermittelt. Unterstreichen Sie Ihre Fachkompetenz und setzen Sie mit einem aufgeräumten Schreibtisch und einer gut organisierten Ablage ein deutliches Signal: Hier hat jemand seine Arbeit und seine Gedanken im Griff!

Sie erhalten in diesem Seminar Impulse zu folgenden Themen:

– Schreibtisch aufräumen
– Papierstapel vorsortieren
– Bestandsaufnahme
– Ablage-Organisation
– Vor- und Nachteile der verschiedenen Ablage-Systeme
– Der Aktenplan
– Schreibtisch organisieren
– Wiedervorlage
– Effiziente Post- und E-Mail-Bearbeitung

Frau Decker ist Trainerin für Kommunikation und Coach (FH)

D50630 6,00 Ustd. 75,– €
1 Samstag, 17.11.2012
9:00 – 14:00 Uhr
Ortrud Decker

Das Telefon –

Wichtige Visitenkarte für Sie und Ihr Unternehmen

Kunden- und serviceorientierte Kommunikation von Telefonzentralen ist mehr als bloßes Weiterverbinden! Neben der richtigen Wortwahl, einer sprachlich klaren und verständlichen, in angemessener Lautstärke, Sprechtempo sowie einer angenehmen Stimmmodulation ist vor allem eine positive Grundhaltung eine wichtige Voraussetzung für ein erfolgreichen Telefonempfang.

– Die Grundlagen der Telefonkommunikation
– Stimme und Sprache als Wirkungsmittel

– Die Gesprächseröffnung und der positive Gesprächseinstieg
– Sensibilisierung und Abgrenzung anhand von Negativbeispielen bei der Begrüßung
– Grundlegende Kommunikationsregeln zum Ausgleich des fehlenden Sichtkontaktes
– Umgang mit schwierigen Gesprächspartnern
– Der Anrufer als Partner – kunden- und serviceorientierte Gesprächsführung
– Stressfaktoren erkennen und bewältigen
– »Go« und »No Go«

Eva Heymann ist Marketing- u. Kommunikationsberaterin und Trainerin.

D50655 13,00 Ustd. 130,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 19:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 9:00 – 18:00 Uhr
Eva Heymann

Auf den Punkt gebracht –

Moderne Geschäftskorrespondenz

Bringen Sie frischen Wind in Ihre Korrespondenz, indem Sie Ihre Briefe von verstaubten, umständlichen Formulierungen und gestelzten Floskeln befreien. Formulieren Sie klar und verständlich – ohne Schnörkel. Jeder Brief ist eine Visitenkarte und beeinflusst das Meinungsbild des Empfängers über Sie bzw. Ihr Unternehmen!

Dieses Tagesseminar eignet sich für alle, die mehr Sicherheit gewinnen möchten beim zeitgemäßen Formulieren von Briefen und Protokollen.

– Jeder Brief ist eine Visitenkarte (Corporate Identity)
– Substantive / Adjektive / Phrasen / Steigerungen
– Empfehlungen für einen gelungenen Brief
– Lesefreundliche Sätze
– DIN 5008 – Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung
– E-Mail-Korrespondenz
– Protokoll und Bericht

Bitte bringen Sie eigene Beispiele mit!

D50675 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 21.9.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 22.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Gabriele Endisch

10-Finger-Tastschreiben

(Superlearning)

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die bisher kaum oder noch nicht mit der Schreibmaschine oder PC-Tastatur gearbeitet haben. In diesem Seminar erlernen Sie in sehr kurzer Zeit das 10-Finger-Tastschreiben. Das wird möglich durch ein neues, ganzheitliches Lernsystem, das auf beschleunigten Lernmethoden beruht. Es stützt sich auf Erkenntnisse der Hirnforschung, mnemonische Techniken und das Lernen mit allen Sinnen. Mit dieser unkonventionellen Methode lernen Sie drei- bis fünfmal schneller und können bereits nach nur 4 Stunden das Tastenfeld Ihres PCs blind bedienen. In einer angenehmen und entspannten Lernatmosphäre werden Sie erleben, wie man auf einfache Weise sehr schnell lernen kann und dabei noch jede Menge Spaß hat.

Bitte Buntstifte (rot, gelb, grün und blau) Bleistift und Radiergummi mitbringen!

D50680A 8,00 Ustd. 75,– €
4 Abende, ab 31.8.2012
Fr, 16:30 – 18:00 Uhr
Margit Allgeier

D50680B 8,00 Ustd. 75,– €
4 Abende, ab 2.11.2012
Fr, 16:30 – 18:00 Uhr
Margit Allgeier

D50680C 8,00 Ustd. 75,–€
4 Abende, ab 30.11.2012
Fr, 16:30 – 18:00 Uhr
Margit Allgeier

D50680E 8,00 Ustd. 75,– €
4 Abende, ab 11.9.2012
Di, 16:30 – 18:00 Uhr
Margit Allgeier

D50680F 8,00 Ustd. 75,– €
4 Abende, ab 14.11.2012
Mi, 17:30 – 19:00 Uhr
Margit Allgeier

D50680G 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 30.8.2012
Do, 10:00 – 11:30 Uhr
Ursula Bräunig

E50680D 8,00 Ustd. 75,– €
4 Abende, ab 18.1.2013
Fr, 16:30 – 18:00 Uhr
Margit Allgeier

Berufliche Orientierung/ Coaching

Coaching

Karriere- und Berufsentwicklung

Unser Coaching-Angebot richtet sich an alle, die

– ihre nächsten Karriereschritte zielorientiert angehen möchten
– in beruflichen Problemsituationen eine professionelle externe Unterstützung suchen
– ihre methodischen, fachlichen, persönlichen und sozialen Kompetenzen erweitern möchten
– wichtige berufliche Anliegen für sich klären möchten
– ihr eigenes Führungsverhalten mit Hilfe regelmäßigen qualifizierten Feedback reflektieren möchten

Für dieses Angebot greifen wir ausschließlich auf erfahrene Coaches zu. Bitte nutzen Sie unter (06 11) 98 89-151 die Möglichkeit einer unverbindlichen Vorberatung zu diesem Angebot, hier erhalten Sie alle wichtigen Informationen zum Ablauf, zu den Coaches und können auch Ihre Termine vereinbaren. Dauer und Umfang richten sich ganz nach Ihrem persönlichen Anliegen.

Preise pro Coachingstunde (45 Min): € 65,– bis € 105,– plus MwSt.

Finde den Job, der Dich glücklich macht!

– Spüren Sie manchmal den Wunsch nach beruflicher Veränderung, ein inneres Drängen, ein Gefühl, dass das, was Sie heute tun, noch nicht alles gewesen sein kann?
– Wollen Sie Ihr volles Potenzial erkennen und ausschöpfen?
– Wollen Sie den Beruf und die Lebensumstände finden, die Sie glücklich machen?

Unter Einbeziehung Ihrer aktuellen Situation, Ihrer Lieblingstätigkeiten, Träume, Werte, Leidenschaften, Aus- und Weiterbildungen und Qualifikationen, entwerfen Sie in diesem Workshop ein ganzheitliches Bild Ihrer beruflichen und persönlichen Perspektiven und Möglichkeiten. Sie können die Bestätigung bekommen, auf dem richtigen Weg zu sein, alte verloren geglaubte Träume wieder finden oder einen ganz neuen Weg für sich entdecken.

Am Ende dieses intensiven Coaching-Workshops haben Sie mindestens drei Ideen für Ihre Zukunft entwickelt und bereits erste Schritte auf dem neuen Weg getan!

Frau Wissemann ist Zertifizierter Karriere-Navigator Senior-Coach.

D51010 16,00 Ustd. 195,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr
Claudia Wissemann

Berufliche und persönliche Lebensgestaltung

für 45- bis 55-Jährige

Die sogenannten »Best Ager« haben privat und beruflich schon vieles erreicht: Die Familie ist ein über die Jahre eingespieltes Team. Einige der Kinder haben schon einen eigenen Hausstand gegründet. Dies eröffnet die Möglichkeit die Beziehung noch einmal ganz neu zu gestalten. Beruflich haben die Best Ager sich gut situiert und die Laufbahn hat ein Stadium erreicht, für das sie von anderen teilweise beneidet werden. Das kann aber noch nicht alles gewesen sein! Dazu kommt, dass durch den demografischen Wandel diese Altersgruppe wohl nicht mehr in den Genuss von Vorruhestandsregelungen und ähnlichem kommen wird. Das bedeutet weitere 10 – 20 Berufsjahre. Welche Perspektiven sind da noch möglich?

Diese Situation ist eine gute Ausgangsbasis, um neu zu überlegen, wie man die letzten Jahre der Berufstätigkeit gestalten will und die neuen Möglichkeiten in der Beziehung nutzen kann.

Der Kurs gibt die Möglichkeit, das bisher Erreichte würdigend zu reflektieren und zu überlegen, welche Optionen bestehen, das Leben beruflich und privat zu gestalten.

Durch die intensive Interaktion in dem Kurs wird das (Neu-)Entdecken individueller Wege stark unterstützt. Gemeinsam überlegen wir dann, welche konkreten Maßnahmen nun ergriffen werden können.

– Warum noch einmal neu über lohnenswerte Ziele nachdenken?
– Welche »Geschichte« erzählt mein bisheriges Leben und wie kann ich

Berufliche Weiterbildungslehrgänge an der Volkshochschule Wiesbaden:

Die vhs Volkshochschulen

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Zertifizierungsstelle cert:it www.cert-it.com geprüfte Qualität
zertifiziert nach AZWV 2008 - AZWV - 1002

Qualifizierung in der Seniorenbetreuung	ab 27.	August	2012
EDV für den Beruf	ab 10.	September	2012
Qualifizierung im Bürobereich	ab 14.	November	2012
Fachkraft für Finanzbuchhaltung	ab 11.	September	2012
Buchführung Grundlagen	ab 11.	September	2012
Buchführung Aufbau	ab 15.	November	2012
Buchführung am PC - Lexware	ab 10.	September	2012
Buchführung am PV - Datev	ab 7.	November	2012
Europäischer Wirtschaftsführerschein, Modul A	ab 11.	September	2012
Europäischer Wirtschaftsführerschein, Modul B	ab 13.	September	2012

Bewerbungsunterstützung

Individuelle Bewerbungsunterstützung:	Terminvereinbarung jederzeit unter Telefon: 06 11 / 98 89 -151
Zeitgemäße Bewerbungsunterlagen	ab 11. Januar 2013
Bewerbungstraining und Selbstmarketing für Akademiker/innen und Berufserfahrene	ab 12. Oktober 2012
Assessment-Center-Workshop	ab 5. Oktober 2012

Information und Beratung:

Tel.: 06 11/98 89 -151, E-Mail: berufundkarriere@vhs-wiesbaden.de

diese Geschichte in die Zukunft fortschreiben?
– Wie achte ich (besser) auf mich selbst und beuge so dem Burn-out vor?
– Wie können die nächsten Schritte aussehen?

Uwe Juli ist Bankdirektor, Trainer und Personal Coach

D51020 12,00 Ustd. 110,– €
1 Samstag, 24.11.2012,
8:30 – 18:00 Uhr
Uwe Juli

Meinen (beruflichen) Weg finden und gehen

Machen Sie sich derzeit Gedanken über Ihre berufliche Zukunft? In diesem Workshop erhalten Sie mehr Klarheit über Ihre derzeitige Berufssituation und Ziele. Es wird das herausgearbeitet, was Ihnen in Ihrem Leben mehr Kraft und Freude geben kann, aber bisher zu wenig zum Tragen kam. Sie schauen sich auch an, was Sie immer wieder davon abgehalten hat, Ihre Vorstellungen konsequenter zu erreichen und erarbeiten eine neue Ausrichtung für Ihren nächsten Lebensabschnitt. Dem Seminarleiter ist es wichtig, Sie in einer Atmosphäre der Achtsamkeit und Kreativität mit Ihren Potenzialen in Kontakt zu bringen und einen Raum für nachhaltige Erfolgserlebnisse zu schaffen. Herr Büth ist Coach, Trainer und Unternehmensberater.

D51025 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Norbert A. Büth

Professionelles Bewerben

Bewerbungsunterstützung

Sie wollen sich beruflich verändern, Kündigung in der Tasche oder schon länger arbeitslos? Jetzt aber los!
Gerade im Bewerbungsprozess ist man häufig unsicher – ist die äußere Form meiner schriftlichen Bewerbung eigentlich angemessen und zeitgemäß? Stelle ich mein Licht zu sehr unter den Scheffel? Wieso habe ich zwar häufig Vorstellungsgespräche, aber danach immer Absagen? Bewerbe ich mich auf die richtigen Stellen oder gibt es noch ganz andere Bereiche, in die ich mich bewerben könnte? Was will ich eigentlich, was kann ich überhaupt, wie will ich arbeiten? Jetzt ist die Rückmeldung von einer außenstehenden Person besonders hilfreich, die mir sagt, wie ich wirke und was ich verbessern könnte.
Unsere qualifizierte Beratung unterstützt Sie in allen Phasen der Bewerbung. Bei uns können Sie auch direkt und in aller Ruhe Ihre Bewerbung am PC schreiben und ausdrucken, wir »schauen nochmal drüber«.
Unter (06 11) 98 89-151 können Sie einen persönlichen Termin vereinbaren.
Beratungsstunde (45 Min.)
€ 36,– für Arbeitssuchende
€ 45,– für Berufstätige.

Zeitgemäße Bewerbungsunterlagen, überzeugender Auftritt

So kommen Sie gut an!

Dieser Kurs bringt Sie auf den neuesten Stand rund um die Bewerbung:
– Zeitgemäße und individuelle schriftliche Bewerbungsunterlagen
– Stellensuche im Internet
– E-Mail-Bewerbung
– Telefonbewerbung/persönliche Spontanvorstellung
– Vorstellungsgespräch

Frau Ziegler ist Trainerin und Coach.

E51120 15,00 Ustd. 125,– €
1 Wochenende
Fr, 11.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 12.1.2013, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Bewerbungstraining und Selbstmarketing

für AkademikerInnen, Fach- und Führungskräfte

– Bewerbungsunterlagen: Schriftliche elektronische Varianten
– Bewerberprofil: Hard Skills und Soft Skills
– Bewerbungsstrategien und Selbstvermarktung
– Networking: Persönliche Kontakte aufbauen und nutzen
– Vorstellungsgespräche: Vorbereitung, Umgang mit kritischen Fragen und Nachbereitung
– Telefoninterview
– Assessment-Center: Mögliche Inhalte und geeignete Strategien
– Vertragsverhandlungen
– Am neuen Arbeitsplatz: Die ersten 100 Tage

Frau Ziegler ist Kommunikationswirtin, Bildungsberaterin und Coach
Bringen Sie bitte eine aktuelle Bewerbungsmappe mit!

D51130 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Assessment-Center-Workshop

Ob »Bewerbertag« oder »Orientierungsworkshop« genannt: Unternehmen setzen Assessment-Center-Verfahren (AC) immer häufiger zur Personalauswahl oder Personalentwicklung ein. Zielgruppe sind dabei nicht nur Führungskräfte, sondern auch andere Mitarbeitergruppen, bei denen Kommunikationsfähigkeit über den Erfolg im Beruf entscheidet – wie zum Beispiel im Vertrieb, Marketing oder Callcenter.
Für (interne und externe) Bewerber oder Führungsaspiranten ist es gut zu wissen, dass sie sich auf ein solches Verfahren optimal vorbereiten können. Denn sicheres und souveränes Auftreten ist erlernbar! Wer weiß, wie er in AC-Übungen wirkt, hat weniger Angst vor dem Unbekannten und gewinnt an Selbstsicherheit. Im Workshop werden Sie erfahren, wie ein AC aufgebaut ist, aus welchen Übungen es besteht und welche Ziele diese Übungen verfolgen. Die Aufgaben werden mit Ihnen praktisch durchgeführt und intensiv besprochen. Sie erhalten Vorschläge zur persönlichen Verhaltensoptimierung und bekommen am Ende des Workshops ein individuelles Feedback zu Ihrer Person.
Das Seminar richtet sich an alle, die ein AC durchlaufen müssen. Auch engagierten Berufstätigen, die an einem Feedback über ihr Verhalten in AC-Situationen interessiert sind, gibt der Workshop wertvolle Impulse.
– Ziel und Aufbau eines ACs, Rollen und Verhalten von Beobachtern, Hintergrund der Übungen
– Selbstpräsentation mit persönlichen Stärken und Schwächen
– Gruppendiskussion und Konfliktgespräche
– Verhalten in Postkorb- und anderen schriftlichen Übungen
– Individuelles Feedback für jeden Teilnehmer

Claudia Uhrheimer (Dipl.-Betriebswirtin) ist Unternehmensberaterin und Coach.

D51139 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr

Beruflicher und persönlicher Auftritt

Sich präsentieren mit Charisma und Können

Selbstsicheres und authentisches Auftreten für den beruflichen Alltag

Hier werden Sie praktisch und mit schauspielerischen Mitteln in der Wahrnehmung für das eigene Auftreten sensibilisiert. Sie trainieren mit Kurzpräsentationen aus Ihrem Arbeitsbereich. Dabei machen Sie sich die Techniken souveränen Auftretens zunutze und vertiefen sie. Am Ende des Seminars verfügen Sie über ein persönliches Trainingspaket, um sich engagiert, souverän und sympathisch darstellen zu können.
– Der erste Eindruck
– Mit Charisma und guter Stimme wirken
– Gestische Klarheit und Sicherheit verinnerlichen
– Mit bewusster Blickführung Kontakt schaffen und halten.
– Durchspielen von Alltagssituationen mit der Kamera
– Der Umgang mit Stress und Nervosität
– Aus dem Stegreif das eigene kreative Potential entfalten

Frau Sourkup ist Schauspielerin.

D51210 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 17.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Nadja Sourkup

Beruf und Karriere

Beruflicher und persönlicher Auftritt, Selbstmanagement/Arbeitstechniken

Sich präsentieren mit Charisma und Können

Aufbaukurs:
Nonverbales Management

Non-verbaler und verbaler Hörerbezug sowie das präsente Auftreten spielen sowohl beim Steuern von Gruppen als auch im Einzelgespräch eine entscheidende Bedeutung. Anfangssituation gekonnt meistern und den Kontakt im weiteren Prozessverlauf zu intensivieren, kann durch methodische Interventionen sowie durcheinfache schauspielerische Grundregeln gestärkt werden. Fachwissen und Kompetenz werden somit bei Ihrer Zuhörerschaft nachhaltig verankert.

- Bewusstheit für den verbalen und nonverbalen Hörerbezug
- Raum nehmen, Raum ausfüllen, Präsenz erzeugen
- Kommunikationsachsen in der Gesprächsführung
- Zentrierung, innere Ruhe, Bodenhaftung
- Abbau von Lampenfieber
- Lebendige, kommunikative offene Körpersprache

Ziel und Fokus dies Aufbaukurses ist es, durch non-verbales Management effizienter zu kommunizieren. Profitieren Sie von »Kick« Übungen und vielen praxisorientierten Strategien, um frischen Wind in Ihren präsenten Auftritt zu bringen
Frau Sourkup ist Schauspielerin.

E51215 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 18.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 19.1.2013, 9:00 – 17:00 Uhr
Nadja Sourkup

Business-Knigge

Moderne Umgangsformen im Beruf

Stilsicheres Auftreten, souveräne Umgangsformen und ein gepflegtes Erscheinungsbild sind ein Muss im Business-Alltag – unabhängig davon, ob Sie Kunden empfangen, mit Kollegen smalltalken oder in einem Gespräch mit einer Führungskraft Kompetenz zum Ausdruck bringen wollen. Gute Umgangsformen sind immer Teil des persönlichen Stils und Ausdruck einer inneren Haltung – nicht aufgesetzt, sondern gelebter Alltag. Damit repräsentieren Sie sich und das Unternehmen erfolgreich nach innen und außen. Sie erfahren, wie Sie ihr Wissen und Können mit sicherem Auftreten, Überzeugungskraft und souveränen Umgangsformen kombinieren – und damit Ihre Akzeptanz und Ihren Erfolg bei Führungskräften, Kollegen, Kunden und Geschäftspartnern steigern können. Sie erhalten Impulse zu folgenden Themen:

- Begrüßung & Co. – Empfang und Begrüßung von Besuchern
- Besucherbetreuung von A – Z
- Aktueller Telefonknigge und Netiquette in E-Mails
- Körpersprache – der Körper sagt immer die Wahrheit
- Business-Kleidung – Ihre Visitenkarte, intern und extern
- Fettnäpfchen vermeiden beim Restaurant-Besuch
- Knigge-Tipps für unterwegs
- Pannenmanagement – Was tun, wenn…?

Frau Decker ist Trainerin für Kommunikation und Coach (FH)

D51230 10,00 Ustd. 105,– €
1 Samstag, 13.10.2012
9:00 – 17:00 Uhr
Ortrud Decker

Vertrauen Füh®t

Worauf es im Beruf und im Unternehmen ankommt

Vertrauen ist heute wichtiger denn je. Nichts ist wichtiger zwischen Menschen, egal ob Partner, Mitarbeiter, Kollegen oder Chef. Ohne Vertrauen ist keine Führung erfolgreich, kein Kunde zu binden und kein Unternehmen zukunftsfähig. Dieser Kurs holt Vertrauen aus dem idyllischen Winkel. Er weist nach, dass sich Vertrauen rechnet und ein harter Faktor ist. Der Kurs zeigt Ihnen einen direkten und schnellen Weg zum »SOFORTVERTRAUEN«. Das nehmen Sie mit: Vertrauen geben, schafft Mehrwert für Ihren Gesellschaftsbeitrag. Konkret umsetzbare Ergebnisse zur eindeutigen Vertrauensführung —mit persönlichem Entwicklungsplan zur Erreichung Ihrer klarer Ziele. Selbst- und Fremdbild von Ihrem Vertrauenskonzept werden substanzielle Bestandteile des Kurses sein.
Felix Maria Arnet ist zertifizierter systemischer Business Coach und Geschäftsführer einer Beratungspraxis für Persönlichkeitsentwicklung

E51250 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 25.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 26.1.2013, 9:00 – 17:00 Uhr
Felix Maria Arnet

Eigenmarke »Formel Ich«

Personal Branding ist eine echte Chance zur Profilierung in einer zunehmend harten Leistungsgesellschaft. Die Erfolgsfaktoren von Persönlichkeitsmarken sind Authentizität, Klarheit, Konsistenz und Kontinuität. Der Erfolg Ihrer Persönlichkeitsmarke hängt davon ab, inwieweit Sie sich über Ihre eigene Identität und Position in der Öffentlichkeit oder im Job im klaren sind. Derjenige kommt weiter, der weiß, was er wie und warum tut. Lernen Sie mehr über sich selbst!
Konkret umsetzbare Ergebnisse zur eindeutigen Markenpersönlichkeit, Selbst- und Fremdbild sowie der persönliche Entwicklungsplan zur Erreichung klarer Ziele. Der rege Austausch der Teilnehmer, auch nach dem Seminar, ist ein wichtiger Baustein der Netzwerk-Arbeit. Das Seminar hat neben den substanziellen Inhalten einen signifikanten Persönlichkeits(aus-)entwicklungsanteil.
Felix Maria Arnet ist zertifizierter systemischer Business Coach und Geschäftsführer einer Beratungspraxis für Persönlichkeitsentwicklung

D51240 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 17.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Felix Maria Arnet

Kreative Köpfe schlagen Kapital!

Wie Sie Ihre kreative Intelligenz im Beruf besser einsetzen können
In Zeiten des allgemeinen Umbruchs sind Sie als Verantwortungs- und Entscheidungsträger gefragt, auf komplexe Herausforderungen der Zukunft passende Möglichkeiten zu finden. Aus diesem Grund benutzen Führungstheorien von heute das »Prinzip des Künstlers«, der vor einer leeren Leinwand steht und wie aus dem Nichts ein neues Bild gestaltet. Auch Führende müssen heutzutage solche »weißen Blätter« der Zukunft sinnvoll beschreiben.
In dieser Woche erhalten Sie Einblick in die Prinzipien der Kreativität, einen offenen Raum zum Dialog, reichhaltige Anregungen für sich und Ihre Tätigkeit, eine Menge Input und Auseinandersetzung mit den Möglichkeiten, die sich durch eine Erweiterung Ihrer Sichtachsen ergeben. Kreativität heißt: neue Möglichkeiten erkennen und diese in vielfältiger Weise umsetzen.
Wir beschäftigen uns mit folgenden Schwerpunkten:

- Wie kann ich meine Möglichkeiten erweitern und vertiefen?
- Wie kann ich mein Leben auch nach Wichtigem, nicht nur nach Dringlichem ausrichten?
- Wie gehe ich effizienter mit mir und meiner Zeit um?
- Wie kann ich innovative Projekte entwickeln und fördern?
- Wie kann ich meine Stärken und Kompetenzen gezielter entfalten und einsetzen?
- Wie kann ich eine klare Vision meines Lebens entwickeln und mich danach ausrichten?
- Wie kann ich das tun, was ich wirklich tun möchte? Wie kann ich Dinge loslassen, die mich behindern?
- Wie kann ich besser mit Stress umgehen und Energiepotenziale freisetzen?
- Wie kann ich mich klarer ausdrücken, ohne andere zu verletzen?
- Wie kann ich mich selbst und meine Umgebung inspirieren und fördern?

Herr Herpich ist Hochschuldozent, Botschafter für Kreativität und Buchautor.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D51400BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 5.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Thomas Julian Herpich

Entdecken Sie Ihre Sieben Sterne zur Kreativität!

Die Sieben Sterne stellen Sieben Prinzipien der Kreativität dar, die Sie dabei unterstützen Ihr (verstecktes) Potenzial zu aktivieren und die wesentlichen Ziele in Ihrem Leben abzustecken und zu erreichen:

- Wie können Sie das Mindset Ihrer Persönlichkeit nach kreativen Prinzipien ausrichten und Ihre speziellen Fähigkeiten klarer nutzen?
- Wie können Sie mehr Klarheit in Ihrer Kommunikation schaffen, um zu Menschen bessere Verbindungen zu gestalten?
- Wie können Sie wertvolle Ideen in bedeutungsvolle und erfolgreiche Projekte umsetzen?

Sobald sich Menschen mit den Sieben Prinzipien der Kreativität beschäftigen, werden verschiedene Bereiche ihres Lebens davon berührt.
Herr Herpich ist Hochschuldozent, Botschafter für Kreativität und Buchautor.
E51405BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 4.2.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Thomas Julian Herpich

Selbstmanagement/ Arbeitstechniken

Effektives persönliches Wissens- und Informationsmanagement für den Berufsalltag

Die auf uns einströmende Informationsmenge nimmt permanent zu. Wir müssen immer mehr Wissen in immer kürzerer Zeit verarbeiten. Die Vielzahl unterschiedlicher Informationsmedien lässt uns dabei schnell den Überblick verlieren.
Welche Informationsmedien sind aber für mich überhaupt wichtig? Wie bewältige ich die Informationsflut neben meinem beruflichen Alltag? Wie kann ich mein Wissensmanagement insgesamt effektiver gestalten? Zu diesen Fragestellungen werden im Seminar konkrete Hilfestellungen angeboten:
– Effektiver Umgang mit Informationsmedien
– Wissensverwaltung mit Struktur
– Mind Mapping: Wissen effektiv bearbeiten
– Wochen- und Tagesabläufe sinnvoll strukturieren
– Arbeiten unter Zeitdruck / Stressmanagement

Herr Slapnicar (Dipl.-Jurist) ist Trainer und Coach.
D51425 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Peer-Ulf Slapnicar

Selbstmanagement

Neue Kraftquellen schöpfen, Spielräume gewinnen und daneben gesund und leistungsfähig im Beruf bleiben
Das Klima in der heutigen Arbeitswelt ist rauer geworden. Die ständige Überlastung führt zu Unzufriedenheit und belastet Ihre Gesundheit. Auch wenn Sie sich nicht von burn-out bedroht fühlen, sollten Sie Ihren Fokus auf die Erhaltung Ihrer Leistungskraft legen. Sie werden unterschiedliche Techniken zum Selbstmanagement kennenlernen. Daneben unterstützen Entspannungseinheiten Ihre Fähigkeit zur Reflexion und fördern Ihre Kreativität.
Das Seminar bietet Ihnen verschiedene Herangehensweisen, um ganzheitlich zu lernen. Diese Verbindung von Theorie, Selbsterfahrung, Entschleunigung gibt Ihnen die Möglichkeit, sich neu zu erleben und zu erforschen. Im gegenseitigen Austausch profitieren Sie von der Weisheit der Gruppe.
Ziel dieses Seminars ist es, Ihnen viele Möglichkeiten zu eröffnen, mit Ihrer wertvollen Zeit sinnvoll und effizient umzugehen.
– Sie entwickeln Ideen, welche der angebotenen Selbstmanagement-Methoden am besten zu Ihren Bedürfnissen passt.
– Mit Hilfe neuer Impulse lernen Sie Ihre Aufgaben zu priorisieren
– Sie erfahren, wie sich Ihr Durchsetzungsvermögen durch Zielstrebigkeit und Gelassenheit vermehrt
– Ihre emotionale Intelligenz wird gestärkt und verhilft Ihnen zu mehr Vertrauen in Ihre Fähigkeiten
– Sie vertiefen Ihre Selbstsicherheit durch Erlernen von Kommunikationstechniken
– Sie intensivieren Ihre Eigenwahrnehmung und stärken dadurch Ihr empathisches Selbstmanagement
– Sie erleben durch Rollenspiele einen klärenden Blick auf Ihre berufliche Rolle
– Sie vertiefen die Nutzung Ihrer Ressourcen und entdecken neue Handlungsspielräume
– Verschiedene Entspannungstechniken aktivieren Ihr Unbewusstes und liefern Ihnen neue Lösungsansätze
– Sie vertiefen Ihre Menschenkenntnis und stärken Ihre Persönlichkeit

Ilse Eichler ist personzentrierte Beraterin/Coach, Trainerin.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
D51431BU 40,00Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 27.8.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Ilse Eichler

Zeitmanagement

Zeitdruck, Hektik, Stress – mehrere Aufgaben werden gleichzeitig und mit geringer Qualität ausgeführt. Die Folgen: Unzufriedenheit, Frustration, Unlust. Kann man diesen negativen Kreislauf durchbrechen? Kann ich mein Verhalten ändern und Aufgaben anders anpacken als bisher? Wie finde ich heraus, was in diesem Moment die wichtigste Aufgabe ist? Der Kurs gibt eine Vielzahl von Anregungen, was und wie Sie das angehen können. Die Negativspirale wird ins Positive umgekehrt und Sie gelangen zu neuer Zufriedenheit und neuem Elan.
– Was ist mir wichtig?
– Prioritäten setzen
– Aufgaben und Tagesablauf effektiv planen
– Störungen erkennen und damit umgehen
– Zeitmanagement-Tools richtig einsetzen.

Wagen Sie den Schritt hin zu neuer Zufriedenheit und Ausgeglichenheit, Sie werden überrascht sein, welche neuen Perspektiven dieser Kurs eröffnet!
Uwe Juli ist Bankdirektor, Trainer und Coach.
D51440 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 17:30 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 8:30 – 18:00 Uhr
Uwe Juli

Lernen lernen

Lernen kann so einfach sein. Lernen begleitet uns durch das ganze Leben. Ob gezielt oder beiläufig, wir erweitern unsere Kenntnisse und Fähigkeiten, beobachten, machen Erfahrungen und passen uns veränderten Situationen an. Für die meisten von uns ist Lernen mit unangenehmen Erinnerungen an Pauken und Prüfungen verbunden, aber Lernen kann auch Spaß machen. Voraussetzung ist, dass Sie Ihr Ziel kennen, den Weg dorthin planen und Arbeitsmethoden wählen, die Ihrem Lerntyp entsprechen.
– Biologische und psychologische Grundlagen des Lernens
– Lernkanäle und Wahrnehmung
– Motivation und Ziele, Lerngründe
– Zeitplanung und Konzentration
– Gedächtnistraining
– Lernumgebung, Arbeitsplatz
– Lernstrategien und Lerntechniken
– Effektives und schnelles Lesen
– Lernen mit beiden Hirnhälften (Mind-Mapping, Visualisierung)
– Lernen durch Strukturierung und Einsicht
– Wenn Erwachsene versuchen wie Kinder zu lernen, obwohl sie es nicht mehr sind

D51445 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Sa, 26.1.2013, 10:00 – 16:00 Uhr
So, 27.1.2013, 10:00 – 16:00 Uhr
Matthias Böhme

Schneller lesen – mehr behalten

Der Berg aus zu lesenden Büchern, Artikeln und Schriftstücken wächst und wächst und plagt das schlechte Gewissen. Hinzu kommen e-Mails, Internetseiten und elektronische Schriftstücke. Eignen Sie sich erfolgreiche Einstellungen und Lese-Strategien und -Techniken an. Lernen Sie, wie Sie schneller und effektiver lesen und dabei mehr Inhalt aufnehmen und behalten. Spielerisch aktivieren Sie für das Lesen zusätzlich noch die rechte Gehirnhälfte. So erfassen Sie Inhalte leichter und speichern diese sicher:
– Die verschiedenen Leseformen und -techniken
– Vermeiden von Lesefehlern und unproduktiven Lesegewohnheiten
– (Augen-) Entspannung
– Gedächtnistraining, Gehirnjogging und Kreativität
– Richtiges Selektieren, Markieren, Exzerpieren
– Erweiterte Blickspanne und optimaler Augenrhythmus
– Förderliche Arbeits- und Leseumgebung

Herr Böhme ist Trainer und Berater (BDVT).
D51450 18,00 Ustd. 165,– €
1 Wochenende
Sa, 15.9.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 16.9.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Matthias Böhme

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Kommunikation/Rhetorik

Professionelle Pressearbeit

Der neu gewählte Pressewart des Sportvereins, der selbstständige Handwerker auf der Suche nach Aufträgen oder der Inhaber eines kleinen Dienstleistungsunternehmens, der gerade ein neues Ladenlokal eröffnet – sie alle haben etwas gemeinsam: Sie möchten ihr Thema in die Öffentlichkeit tragen und wahrgenommen werden. Ein Bericht in der lokalen Tageszeitung wäre genau das richtige. Wo aber ansetzen und wie anfangen?
Die Veranstaltung vermittelt, wie Pressearbeit funktioniert, wie eine Redaktion arbeitet und wie man es schafft, den Kontakt zu den Journalisten herzustellen. Außerdem lernen die Teilnehmer, welche Textformen der Journalist kennt, wie sie sich unterscheiden und wie man selbst derartige Texte verfasst. Die mediale Bandbreite reicht dabei von der lokalen Zeitungen bis zur Online PR.
Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60010 12,00 Ustd. 135,– €
3 Abende, ab 7.11.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Holger Albers

Besserer Stil, mehr Erfolg

Tipps für geschäftliche Texte

Auch wenn Sie viel lieber telefonieren oder ein persönliches Gespräch führen, an vielfältigen schriftlichen Ausarbeitungen kommt im Büroalltag oder Geschäftsleben niemand vorbei: Wenn der Chef einen Bericht über das gerade abgeschlossene Projekt möchte, ein wichtiger Kunde Antwort auf eine Reklamation erwartet oder wenn Sie für die Abteilungsleitersitzung einen Vorschlag vorlegen sollen, werden Sie dies schriftlich machen müssen.
Was vielen von uns im Gespräch mühelos gelingt, bereitet uns in der Schriftform große Probleme. Aber das lässt sich leicht ändern! Wenn Sie ein paar Regeln beherzigen und die Tipps in diesem Seminar anwenden, werden Ihre Texte stilistisch besser, attraktiver und lesenswerter – und Sie damit erfolgreicher.
H. Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60011 8,00 Ustd. 95,– €
Samstag, 1.12.2012
10:00 – 17:00 Uhr
Holger Albers

Stilsicher und lesenswert schreiben

Tipps für Texte in Berufsleben und Alltag

In allen Lebenslagen müssen wir uns mit Texten beschäftigen: Im Büro schreiben Sie Briefe an Geschäftspartner und aktualisieren den Internetauftritt Ihrer Firma, als Schriftführer Ihres Gesangsvereins informieren Sie über die letzte Mitgliederversammlung oder Sie berichten am Wochenende in einschlägigen Internetportalen über Ihre Erfahrungen mit dem letzten Urlaubshotel. All das machen Sie mit dem Ziel gelesen und verstanden zu werden.
Sie kennen aber auch das Gefühl, wenn die Reaktionen auf Ihre Schriftstücke ganz anders ausfallen als gedacht? Überzeugen Sie mit Ihren Texten, schreiben Sie lebendig, mitreißend, überraschend. Bleiben Sie trotzdem verständlich und formulieren Sie auf den Punkt genau!
Dieses Seminar vermittelt Ihnen eine neue Sicht auf Ihre täglichen Texte. Sie erlernen die wichtigsten Regeln für lesenswerte Texte – und setzen die neuen Erkenntnisse direkt in praktischen Übungen ein.
Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60012 8,00 Ustd. 95,– €
Samstag, 3.11.2012
10:00 – 17:00 Uhr
Holger Albers

Social Media Marketing

Entscheidungshilfen und Tipps zum Einstieg

Mindestens jeder vierte Deutsche hat ein eigens Profil bei Facebook, bei den jungen Menschen unter 25 ist es so gut wie jeder. Das weckt Interesse und Begehrlichkeiten – nicht nur bei großen Unternehmen. Auch Handwerker oder Dienstleistungsbetriebe fragen sich, ob Kunden und Interessenten sich damit wirklich gezielt ansprechen lassen? Können Produkte auf diesem Weg beworben werden? Und wie groß wird mein Aufwand sein, wenn ich das mache?
Dieses Seminar soll eine erste Orientierung geben, was soziale Netzwerke für kleine und mittelständische Unternehmen leisten können und vor allem, was nicht: Angefangen bei einer Übersicht über die Dienste und ihre Eigenarten über den Datenschutz bis hin zu personellem und materiellem Aufwand.
Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60013 4,00 Ustd. 45,– €
1 Abend, 25.9.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Holger Albers

Klare Kante

oder die Macht der Sprache

Sprache ist verräterisch. Sie verrät uns, und sie verrät uns alles: Absichten, Positionen, Verhältnisse. Wer offene Worte zu klaren Sätzen fügt und starke Sätze zur deutlichen Botschaft, gewinnt Macht über jene, die das nicht können oder nicht so gut. Die verbale Kommunikation ist des Menschen wichtigstes Werkzeug. Es in Wort und Schrift perfekt zu beherrschen, sichert einen Vorsprung in Alltag und Beruf. Ob ein Brief an die Klassenlehrerin des Sohnes, ein Antrag bei der Gemeinde, die Reklamation bei der Hotline eines Energieversorgers, ob ein Konzept für den Arbeitgeber oder die Antwort an Kunden, ob Partyeinladung oder Kondolenzschreiben, eine launige Rede auf der Familienfeier oder auch nur ein Witz am Stammtisch, jeder sollte sich immer fragen: Was will ich von wem? Und dann klipp und klar texten. Das will gelernt sein: Wer? Was? Wann? Wie? Aber wo? Am besten bei uns.
Herr Bienfait ist Journalist, Buchautor und Redaktionstrainer bei ARD und ZDF.
Den gültigen Ablaufplan erhalten sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D60014BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 19.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Claus Bienfait

Moderation

von Projektsitzungen, Besprechungen, Teamsitzungen

Erfolgreich zu moderieren ist eine Schlüsselqualifikation für alle Fach- und Führungskräfte. Dabei ist es oft notwendig, den Spagat zwischen Moderation- und Gesprächsleitung zu meistern. Moderatorenrolle und klassische Werkzeuge gehen dabei Hand in Hand. Im Rahmen diese Trainings lernen Sie,
- eine »Klassische« Moderatorenhaltung kennen (Verhalten, Verfahren, kommunikative Fähigkeiten)
- den Ablauf einer moderierten Sitzung kennen (u.a. Visualisierungstechniken, Diskussions- und Problemlösetechniken, Workshopdramaturgie)ein Gefühl für den Umgang mit Gruppen zu bekommen
- ein Gefühl für den Umgang mit Gruppen zu bekommen
- »Erste Hilfe Techniken« für den Umgang mit schwierigen Moderationssituationen und Teilnehmern
- die Abgrenzung Gesprächsleitung versus Moderation vorzunehmen und die situative Flexibilität für beide Vorgehensweisen zu erhöhen.

Effektiver Praxistransfer wird durch das Verproben kompletter Moderationen (inhaltlich orientiert an den Themen der Teilnehmer) gewährleistet.
Frau Ziegler ist Kommunikationswirtin und Coach.

D60018 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 26.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 27.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Effektiv Präsentieren und Vortragen

Volle Aufmerksamkeit erzielen

Menschen mit Charisma drücken durch ihre bloße Anwesenheit mehr aus, als andere mit vielen Worten sagen können. Lernen Sie die Erfolgsgeheimnisse einer charismatischen Präsentation kennen und trainieren Sie Ihre eigenen persönlichen Fähigkeiten für Ihren überzeugenden und wirkungsvollen Auftritt:
In diesem Seminar lernen Sie
- Ihre persönliche Wirkung und charismatische Ausstrahlung zu optimieren
- die effektive Vorbereitung einer Präsentation (Gliederung, Auswahl der Medien, eigene Haltung)
- Zuhörer zu motivieren und zu aktivieren
- souverän mit Einwänden und Konflikten umzugehen
- wirkungsvolle Frage- und Zuhörtechniken
- sich Gehör zu verschaffen
- den Umgang mit kritischen Zuhörern, Zwischenfragen und Widerständen
- mit Lampenfieber, Blackout und unvorhergesehenen technischen Schwierigkeiten umzugehen.

Durch das intensive Training mit

Übungen beruflicher Alltagssituationen ist ein hoher Transfer in die tägliche Praxis garantiert. Es empfiehlt sich besonders für Fach- und Führungskräfte, die mit Präsentationen im beruflichen Umfeld mehr erreichen wollen. Frau Ziegler ist Kommunikationswirtin und Coach..

D60019 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 31.8.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Rhetorik im Beruf

Diese Seminare bieten Ihnen einen guten Überblick über die wichtigsten und kritischsten Kommunikationsanlässe und -situationen im beruflichen Alltag.

Rhetorik im Beruf I – Dialog
Gespräche bewusst gestalten und Konfliktsituationen bewältigen
– Grundlagen der Kommunikation
– Grundregeln der Gesprächsführung: Gespräche strukturieren und auf den Punkt bringen
– Reden ist Silber, Fragen ist Gold – Führen durch Fragen
– Körpersprache und Kommunikation: beim Anderen richtig ankommen
– Wirkungsvoll argumentieren und überzeugen
– Feedback geben: Seinem Gegenüber differenziert und wertschätzend Rückmeldung geben
– Feedback bekommen: Rückmeldungen aufnehmen und verstehen
– Schwierige Gesprächssituationen: Sach- und Personenebene trennen, guten Gesprächseinstieg finden, für positive Atmosphäre sorgen
– Sich behaupten und schützen in unfairen Gesprächen
– Bewerbungsgespräch: Über sich selbst reden; Werbung in eigener Sache machen
Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin, Eva Heymann ist Marketing- und Kommunikationsberaterin und Trainerin.

D60020A 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 31.8.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

D60020B 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 30.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann

Rhetorik im Beruf II – Monolog
Sicherheit in der persönlichen Wirkung – Vorträge und (Selbst-)Präsentationen sicher und authentisch gestalten)
– Positive Selbstdarstellung: Persönlichkeit und authentisches Auftreten
– Hemmungen und Unsicherheiten abbauen, Umgang mit Lampenfieber
– Aufbau und Gestaltung eines Vortrags
– Kurzvortrag und Diskussionsbeiträge
– Körpersprache
– Medieneinsatz
– Raumgestaltung und –nutzung
Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin

D60021A 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

D60021B 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 14.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 15.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann

Freude am Sprechen – Freude am Zuhören

Rhetorik im Beruf – Spezial
Wir kennen sie alle: Redner, an deren Lippen man förmlich hängt. Redner, denen man stundenlang zuhören könnte, weil sie es verstehen das Publikum in ihren Bann zu ziehen.
Kann man das lernen? Ja, man kann! Die Freude am Zuhören, hat sehr viel damit zu tun, welche Freude der jeweilige Redner am Sprechen hat. Diese Freude am Sprechen wollen wir in dem Kurs wieder – und neu entdecken.
– Übungen zum Erzählen, Schildern, Übertreiben
– Stimmführung
– Sprechausdruck
– Körpersprache
– Bühnenpräsenz
Wir werden mit zahlreichen praktischen Übungen arbeiten, in Einzel- und Gruppenarbeit sowie durch differenziertes Feedback, auch mit Videounterstützung
Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin

D60023 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

Sicher und überzeugend argumentieren

Sie haben gute Argumente, doch Sie können sie im Gespräch nicht überzeugend vermitteln? Sie erleben immer wieder, dass Sie sich nach einem schwierigen Gespräch überfahren fühlen?
An diesem Wochenende trainieren Sie, spontan und angemessen auf Ihren Gesprächspartner zu reagieren, Argumente gezielt einzubringen, Gespräche zu lenken und verbindlich zu beenden.
– Die Sach- und Beziehungsebene in Gesprächen
– Was sagt mir mein Gesprächspartner (aktives Hinhören)?
– Gesprächskiller und Gesprächsförderer
– Schlagfertigkeit – wann ist sie sinnvoll?
– Fünf-Satz-Technik
– Innere Haltung im Gespräch und ihre Ausdrucksformen
Frau Ziegler ist Trainerin und Coach.

D60022 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 23.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 24.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Berufliche Kommunikation und Rhetorik

Wie schön wäre es, voller Zutrauen zu sich und den eigenen Fähigkeiten zu sein, keine Angst vor neuen Aufgaben zu haben und sich nicht verunsichern zu lassen. Dieser Bildungsurlaub will Ihnen helfen, Ihre kommunikativen Fähigkeiten zu stärken und dabei den Alltag im Umgang mit anderen »stressfreier« meistern zu lernen.
– Wie befreie ich mich von Hemmungen vor anderen Menschen zu sprechen?
– Wie kann ich zielgerichtet formulieren?
– Wie setze ich meine Stimme so ein, dass ich mir Gehör verschaffe und stimmig wirke?
– Wie werde ich gelassener in Stresssituationen und werde schlagfertiger?
– Wie übernehme ich erkennbar die Führung im Gespräch?
– Wie baue ich eine Rede gekonnt auf?
– Wie kann ich auch in schwierigen Situationen gewaltfrei kommunizieren?
– Wie kommuniziere ich gekonnt im Konflikt?
Nehmen Sie sich eine Woche Zeit und stärken Sie damit Ihre rhetorische Kompetenz am Arbeitsplatz. Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.

D60023BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 21.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Jürgen Henrici

»Big Talk«!

Kommunikationstraining für Frauen
Für das berufliche Vorankommen ist gekonntes Smalltalken sicher hilfreich. Wichtiger ist jedoch das Einmaleins des »Bigtalks«! Denn die Beherrschung einer klaren, offenen und zeitnahen Kommunikation ist ein wesentlicher Faktor des beruflichen Erfolgs, dies gilt auch für Frauen. Dieses Seminar richtet sich deshalb speziell an Frauen und bietet den einzelnen Teilnehmerinnen einen geschützten Rahmen, die eigenen Kommunikationsthemen offen anzusprechen und diese mit anderen Frauen zu üben und zu reflektieren.
– Grundlagen der verbalen und non-verbalen Kommunikation
– Kommunikation mittels Körpersprache
– Analyse der eigenen Kommunikationsmuster
– Tipps für eine optimale non-verbale Kommunikation
– Sinnvolle Gesprächsaufbauten und Formulierungshilfen
– Adäquate Kommunikation in Konfliktsituationen
– Wichtige Komponenten der betriebs- bzw. abteilungsinternen Kommunikation
Mithilfe von interaktiven Vorträgen und Fallbeispielen werden die wesentlichen Komponenten einer professionellen Kommunikation vermittelt. Einzelübungen und Rollenspiele helfen dabei, das individuelle Kommunikationsmuster zu analysieren und durch konstruktives Feedback zu reflektieren. Erklärtes Ziel ist die Bewusstwerdung und weitere Optimierung des eigenen Kommunikationsverhaltens, um erfolgreicher zu werden.
Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach

D60024 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 16:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Faszinierend präsentieren

mit PowerPoint-Unterstützung

PowerPoint gestützte Vorträge sind häufig ermüdend, langatmig, gespickt mit Animationen und manchmal auch nichtssagend. Oft fällt es den Zuhörern schwer wachzubleiben, weil die Folien in den Vordergrund geraten und der eigentliche Inhalt des Vortrags darüber PowerPoint-Präsentation wohltuend abzuheben und das Publikum in den Bann zu ziehen? Hier lernen Sie, als Redner/in im Vordergrund zu bleiben und Power Point als wertvolles Handwerkszeug und Ergänzung Ihres Vortrags zu nutzen, statt sich von der Leinwand auf die Seite drängen zu lassen. Unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten eines Vortrags werden vorgestellt und gemeinsam durchgespielt.

– Aufteilung der Bühne zwischen Redner und Technik
– Lebendige Vortragsgestaltung mit der Hilfe von PowerPoint
– Raumnutzung und Medienvielfalt

Wichtig: Dieser Kurs ist keine EDV-Einführung in die Nutzung des Programms PowerPoint, sondern dessen rhetorische Ergänzung. PowerPoint-Anwendungskenntnisse werden vorausgesetzt (siehe unsere PowerPoint-Kurse auf Seite 78).
Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin.

D60025 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

Small Talk

oder das »Kleine Gespräch«

Kennen Sie das auch: Man steht auf einem geschäftlichen Empfang und kennt (noch) keine Seele; vor dem Seminar, der Besprechung mit Kunden, vor der Produktpräsentation oder in den Pausen, man steht gemeinsam mit Fremden im Flur herum, man ist privat bei Geschäftspartnern eingeladen; man ist auf einer Messe und will Kontakte knüpfen; man steht mit halbbekannten Menschen im Fahrstuhl und will nicht nur schweigen – Doch wie fange ich es an? Kann ich jetzt übers Wetter reden oder soll ich besser nach den Kindern fragen? Eigentlich komme ich mir immer so aufgesetzt vor, wenn ich »smalltalke«!
Der »Small Talk« ist eine der elementarsten Kommunikationsformen! Er ist bedeutend, weil er zum geglückten Einstieg in einen intensiven Dialog erheblich beitragen kann und für die berufliche und gesellschaftliche Positionierung unerlässlich ist.
In diesem Seminar können Sie praktisch üben, wie ein gelungener Gesprächseinstieg mit Fremden funktioniert, wie Sie sich selbst gut dabei fühlen können und mehr als nur Phrasen austauschen, sondern einen ersten echten Draht aufbauen:

– Kommunikation (Grundmodell)
– Grundlagen der Gesprächsführung
– Hemmungen erkennen und bewältigen
– Blockaden abbauen, Optimismus entwickeln
– »Small Talk« gestalten (verbal/nonverbal)
– Kritische Situationen meistern
– Grundregeln für den »Small Talk«
– Kontakte erarbeiten, pflegen und vertiefen!
– Das Networking beginnt!

Eva Heymann ist Marketing- und Kommunikationsberaterin und Trainerin

D60026 12,00 Ustd. 125,– €
1 Wochenende
Fr, 14.9.2012, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa, 15.9.2012, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Heymann

Moderne Verhandlungstechniken

Zielorientiert, konsequent, offensiv – und dennoch in einer Win-Win-Situation ohne »Gesichtsverlust« aus Verhandlungen zu gehen, ist Ziel dieses Seminars. Verhandeln unter Stress, »Hart aber fair« zum Sieg und der Umgang mit unfairer Dialektik von Gesprächspartnern werden trainiert. Sie lernen, auch unter harten Bedingungen so zu verhandeln, dass Sie das mögliche Maximum erreichen.

– Verhandeln mit und gegen das Harvard Konzept
– Zielorientiertes, offensives und konsequentes Verhandeln ohne Gesichtsverlust: – wie Sie dennoch eine Win-Win Situation im Auge behalten
– Umgang mit schwierigen Verhandlungspartnern
– Festgefahrene Verhandlungen als Ausgangspunkt für Profis

Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.

D60027 10,00 Ustd. 95,– €
Samstag, 22.9.2012
9:00 – 17:00 Uhr
Jürgen Henrici

Schlüsselfaktoren erfolgreicher Kommunikation

Was macht Kommunikation erfolgreich? Worauf kommt es wirklich an? In diesem interessanten Seminar erfahren Sie, wie Sie klar und deutlich kommunizieren, Verständnis aufbauen, wie Sie Konflikte und Angriffe souverän meistern, Ihre Sprech- und Ausdrucksformen optimieren können, damit Ihre Sprache lebendig, mitreißend und leicht verständlich wird. So können Sie komplexe Sachverhalte auf den Punkt bringen. In vielen praktischen Übungen probieren Sie das Gelernte gleich aus.
Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.

D60028 10,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, 10.11.2012
9:00 – 17:00 Uhr
Jürgen Henrici

Berufliche Kompetenz durch professionelle Kommunikation

Einführung in die Klientenzentrierte Gesprächsführung

Erfolg in der Kommunikation ist erlernbar. Nutzen Sie Ihre emotionale Intelligenz, um Ihr Gegenüber auf empathischer Ebene zu erreichen. Die Klientenzentrierte Gesprächsführung bietet ein in der Psychologie erprobtes Instrumentarium, das Ihnen größere Spielräume in der Interaktion ermöglicht. Eine optimale Voraussetzung, Ihre beruflichen und privaten Beziehungen positiv zu verändern. Kongruenz, Wertschätzung, und Empathie im Umgang mit anderen Menschen helfen Ihnen, erfolgreicher die unbewussten Anteile in der Kommunikation zu nutzen. In einer Zeit von ansteigendem burn-out können Sie dadurch vorbeugen, Ihre Ressourcen schonen und unnötige Auseinandersetzungen vermeiden.

– Professionelle Gesprächsführung für bessere Zeit-Effizienz
– Bereicherung Ihrer Fähigkeiten in der Kommunikation
– Empathie als Türöffner
– Fundiertes Verständnis der Motivation anderer
– Entscheidungsstrategien für den beruflichen Alltag
– Stärkung Ihres Selbstbewusstseins
– Größere Selbstsicherheit in der Kommunikation
– Spiegeln als herausragende Kommunikationstechnik
– Aktives Zuhören als Schlüssel zum Erfolg
– Steigerung der Entscheidungsfreude

Ilse Eichler ist Personenzentrierte Beraterin / Coach, Trainerin.

D60030 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Ilse Eichler

Mehr Erfolg durch Empathie und bessere Kommunikation im beruflichen Alltag

Im »normalen« Berufsalltag steigern sich Stress und Verantwortung durch steigendes Arbeitsvolumen. Viele ArbeitnehmerInnen fühlen sich aufgrund der hohen Anforderungen stark gefordert.
In dieser Woche erfahren Sie, wie Sie mit Kollegen und sich selbst entspannter umgehen können. Durch Rollenspiele gewinnen Sie einen klärenden Blick auf Ihr Verhältnis zu Chefs, Kollegen und Kunden, der Ihnen neue Einsichten ermöglicht. Sie nutzen Ihr vorhandenes Potential und lernen, wie Sie Ihren Arbeitsalltag souveräner strukturieren können. Sie erhalten Anregungen zum konstruktiven Umgang mit konfliktträchtigen Situationen. So fördern Sie Ihre beruflichen und persönlichen Kompetenzen und tun etwas für Ihre Gesundheit. Gelassenheit, innere Ausgeglichenheit und Entscheidungsfreude sind die Folge, die Ihnen zur notwendigen Schonung Ihrer eigenen Ressourcen verhelfen.

– Größere Gelassenheit im Beruf und privat
– Klarheit durch Bewusstmachung von Unbewusstem
– Entscheidungsstrategien für den beruflichen Alltag
– Stärkung Ihres Selbstbewusstseins
– Entlastung durch Selbstmanagement
– Größere Sicherheit in der Kommunikation
– Souveräner Umgang mit Krisen
– Vermehrte Lebensfreude durch klare und bewusste Kommunikation

Ilse Eichler ist Personenzentrierte Beraterin / Coach, Trainerin.

E60029BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 14.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Ilse Eichler

Diplomatische Gesprächsrhetorik

Mit Klugheit, Taktik und Weitsicht seine Ziele erreichen

Diplomatisches Verhalten in Verhandlungen, Gesprächen und Meetings dient einzig dem Zweck, mithilfe strategischen Vorgehens, rhetorischem Know-how und psychologischem Geschick die eigenen Ziele zu erreichen, ohne die Beziehung zum Gesprächspartner zu belasten. Kluges Taktieren in Verbindung mit Weitsicht lässt keine Partei als Verlierer dastehen, sondern ermöglicht Ergebnisse, die der eigenen Zielsetzung gerecht werden, gleichermaßen aber die Interessen des Gesprächspartners berücksichtigt.

– Ein Chamäleon mit Prinzipien
– Die Mut-Taktik: Langmut, Sanftmut und Großmut
– Grundlagen der diplomatischen Gesprächsführung
– Professionelle Gestaltung von Beziehungen
– Die WIR-Strategie – es gibt immer eine Gemeinsamkeit
– Die Strategie des sanften Konterns
– Die Taktik eines befristeten Rückzugs
– Unfairen Angriffen souverän begegnen
– Verhandlungsergebnisse nach dem Win-Win-Prinzip

Eva Heymann ist Marketing- und Kommunikationsberaterin und Trainerin.

E60031 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 25.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 26.1.2013, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Berufliche Qualifizierung

Für diese Kurse ist leider keine zusätzliche Ermäßigung möglich. Es gibt jedoch eine Vielzahl verschiedener Fördermöglichkeiten. Bei Vorliegen der jeweiligen persönlichen Voraussetzungen können Sie Kursgebühren ganz oder teilweise gefördert bekommen: über Bildungsgutschein, Bildungsprämie oder Qualifizierungsscheck. Ratenzahlung ist für alle folgenden Kurse möglich. Für alle Kurse ist ein Beratungsgespräch vor der Anmeldung notwendig. Bitte kontaktieren Sie uns hierzu unter (06 11) 98 89-151.

EDV für den Beruf

In diesem Kurs erlernen Sie alle wichtigen EDV-Kenntnisse, die Sie für eine Tätigkeit im Büro (oder andere berufliche Verwendungen) benötigen:

– EDV-Grundlagen
– Windows
– Word
– Excel
– PowerPoint
– Internet
– Outlook (E-Mail, Terminplanung, Adressbuchverwaltung, Aufgaben- und Taskverwaltung)

D51910 135,00 Ustd. 567,– €
27 Vormittage, ab 10.9.2012
Mo, Mi, Fr, 8:30 – 12:30 Uhr, (dauert bis 12.11.2012) Keine Ferien!!

Qualifizierung im Bürobereich

Sie wollen nach Ihrer Familienphase, nach Krankheit oder Arbeitslosigkeit wieder in Ihren (Büro-)Beruf zurück? Sie arbeiten schon seit längerem als Bürohilfe und möchten Ihre Kenntnisse professionalisieren? Qualifizierung ist heute wichtiger denn je! Aufbauend auf Ihre vorhandenen Kenntnisse und/oder Praxiserfahrungen im Bürobereich wird in diesem Lehrgang Ihr Wissen vertieft und dem aktuellen Arbeitsmarkt angepasst. Der Kurs bereitet Sie gezielt auf eine Tätigkeit im Bereich Sekretariat/Bürokommunikation vor:

– Der Büroarbeitsplatz (Ergonomie)
– Registratur (Ordnungssysteme, Ablage)
– Postbearbeitung
– Terminplanung
– Reise- und Veranstaltungsplanung
– Zeitmanagement
– Telefontraining
– Stil und Etikette
– Moderne Geschäftskorrespondenz
– Protokollführung

D51920 80,00 Ustd. 464,– €
16 Vormittage, ab 14.11.2012
Mo, Mi. Fr, 8:30 – 12:30 Uhr
(endet am 19.12.2012)

Qualifizierung in der Seniorenbetreuung

Helfende Hände, die wissen, was sie tun!

Immer mehr ältere Menschen sind auf andere angewiesen, um ihren Alltag bewältigen zu können. Die meisten von ihnen wünschen sich, bis zuletzt in ihrer vertrauten Umgebung leben zu können – doch ohne Unterstützung ist dies häufig nicht möglich. Die bisher verfügbaren Hilfen sind entweder sehr teuer oder unseriös bzw. illegal. Der Bedarf an qualifizierten Helfer/-innen in diesem Bereich ist groß, das Angebot bisher noch gering. Die hier angebotene Qualifizierung soll die Kursteilnehmer befähigen, auf fachlich fundierter Basis Senioren zu betreuen.

Angesprochen sind Menschen, die sich in der Altenhilfe etablieren wollen, aber nicht in den klassischen Berufsfeldern der Alten- oder Krankenpflege tätig sein wollen oder können.

Vor Kursbeginn wird ein persönliches Gespräch geführt, bei dem über den Kurs informiert wird und über Eignung und Neigung der Interessierten entschieden wird.

Kursinhalte:

– Gerontologie (Altersforschung) und Geriatrie (Altersmedizin)
– Kommunikation und Gesprächsführung (inkl. Grundlagenzertifikat Integrative Validation)
– Umgang mit Verwirrtheit und Demenz
– Umgang mit Verlusterfahrungen, Tod und Sterben
– Beschäftigung und Aktivierung (Gedächtnistraining, Gymnastik etc.)
– Supervision und fachliche Begleitung der Hospitationen
– Grundkenntnisse in Pflege, Hauswirtschaft und Hygiene
– Überblick über altengerechtes Wohnen und Hilfsmittel
– Erste Hilfe für Senioren (inkl. ASB-Bescheinigung)
– Einführung in relevante sozialrechtliche Themen (Betreuungsrecht, Grundsicherung, Pflegeversicherung u.a.)
– Rechtliche Grundlagen und Voraussetzungen für eine festangestellte oder selbständige Tätigkeit

Dieser Kurs erfüllt die Kriterien nach §87b SGBXI !
Keine Ermäßigung! Ratenzahlung möglich! (6 × 255,–) plus € 5,– Bearbeitungsgebühr

D51930 200,00 Ustd. 1530,– €
ab 22.8.2011
Mo – Fr, 9:00 – 13:00 Uhr,
zzgl. 100 UE Praktikum
Keine Ferien!
Praktikum 24.9. – 22.10.2011
Mo – Fr, 9:00 – 13:00 Uhr

Zusatzausbildung zum Mediator/zur Mediatorin

Mediation (Vermittlung in Konflikten) ist ein Verfahren zur einvernehmlichen Konfliktbearbeitung, das nach der Entwicklung in den USA jetzt auch in Deutschland immer mehr Verbreitung findet. Durch das Verfahren der Mediation werden die Streitbeteiligten in die Lage versetzt, ihren Konflikt friedlich miteinander auszutragen und zu selbstbestimmten, von den Konfliktparteien akzeptierten Lösungen zu finden. Ziel der Zusatzausbildung ist eine umfassende, fundierte Qualifizierung, die für eine Mediationstätigkeit in unterschiedlichen Konfliktbereichen und Berufsfeldern vorbereitet.

Der Lehrgang umfasst 8 Seminare im Gesamtumfang von 160 UE (1 UE = 45 Minuten). Diese verteilen sich über den Zeitraum von einem Jahr auf 7 Wochenenden und eine Bildungsurlaubswoche. Zwischen den Seminaren treffen sich die Teilnehmer/innen in kleineren Intervisionsgruppen. Von diesen 10 geplanten Treffen finden 2 mit Supervision statt. Die Kosten für die Supervision sind im Lehrgangsentgelt von 2000,– € (keine Ermäßigung möglich) enthalten. Die Unterkunft und Verpflegung während der Bildungsurlaubswoche (zurzeit ca. 250,– €) wird direkt an das Bildungshaus gezahlt. Ausführliche Informationen über Inhalte und Termine (Kurs-Nr.: **D82600**, Beginn: 9.11.2012) erhalten Sie unter www.vhs-wiesbaden.de oder auf Wunsch zugesandt. Telefonische Anfrage unter (06 11) 98 89-140.

Beruf und Karriere

Berufliche Qualifizierung, Schulabschlüsse

Handwerk Humor

Bildungsurlaub

Therapeutischer Humor
als Ressource im Pflegealltag
Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Menschen in pflegenden, heilenden und helfenden Berufsfeldern. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt: Therapeutischer Humor steigert das Wohlbefinden, die Lebensfreude und Gesundheit von Einzelnen, sozialen Gruppen und in Institutionen.
Die Weiterbildung vermittelt im theoretischen Bereich fundiertes Wissen zu Definition, Funktion, Wirksamkeit und Grundvoraussetzungen für die Anwendung von Humor im Kontext des sozialen Arbeitsbereichs. Im praktischen Bereich lernen Sie Humor als Ressource kennen und erhalten Impulse, wie Sie Humor in Ihrer Tätigkeit kreativ einsetzen können u. a. durch Humorinterventionen und den Einsatz von Humorinstrumenten. Wesentlicher Bestandteil der Weiterbildung ist auch die Vermittlung von humorvollen Gestaltungsmöglichkeiten auf der Beziehungsebene von Patient/in und Betreuer/in sowie die Entwicklung von Humor als innerer Haltung und die Verbindung von Humor und Gefühl.
Der Bildungsurlaub bietet einen reichen Schatz an Wissen, konkreten Umsetzungsideen und vielen humorvollen Erfahrungen.

D82610BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 29.10. – 2.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gudula Steiner-Junker

Schulabschlüsse

Das Team Schulabschlüsse
(von links nach rechts):
Stefan Zimmermann, Karin Decker, Petra Morber, Elke Scharmann-Köhler, Irene Knoch-Jackwerth, Thomas Lenders, Julia Frielingsdorf, Ute Hollingshaus.
Nicht im Bild: Imke Steinert, Joachim Dersch und Jürgen Koch.

Vor der Anmeldung zu den Schulabschlusskursen sind die Teilnahme an einem Test sowie ein persönliches Gespräch obligatorisch.
Die Testtermine und weitere Infos erfahren Sie unter (06 11) 98 89-153.
Diese Kurse sind nicht ermäßigbar, Ratenzahlung ist möglich.
Regelmäßige Teilnahme ist verpflichtend!

Hauptschulabschluss

Vorbereitung auf die externe Prüfung zur Erlangung des Hauptschulabschlusses.
In diesem Lehrgang werden Sie intensiv auf die Prüfung zur Erlangung des Hauptschulabschlusses des Staatlichen Schulamtes vorbereitet.
Unterrichtsfächer: Deutsch, Mathematik, Gesellschaftslehre, Biologie und Erstellung einer Projektarbeit.

D51960 200,00 Ustd. 760,– €
50 Vormittage, ab 30.10.2012
Di + Do, 8:15 – 13:15 Uhr,
Prüfungen bis 30.6.2013

Realschulabschluss

Vorbereitung auf die externe Prüfung zur Erlangung des mittleren Bildungsabschlusses
In diesem Lehrgang werden Sie intensiv auf die Prüfung zur Erlangung des Realschulabschlusses des Staatlichen Schulamtes vorbereitet.
Unterrichtsfächer: Deutsch, Mathematik, Biologie, Gesellschaftslehre, Englisch

D51970 478,00 Ustd. 1650,– €
96 Vormittage, ab 20.8.2012
Mo, Mi + Fr, 8:15 – 13:15 Uhr,
Prüfungen bis 30.6.2013

Abendgymnasium Wiesbaden

· Anmeldung jederzeit
· nach Ausbildung oder 2 Jahren Berufstätigkeit oder Familie
· Ausbildungsbeihilfe (Bafög) in den letzten 3 Semestern

Abitur und Fachhochschulreife
Vorsprung für Nachtaktive!

►Information & Anmeldung jederzeit:
Brunhildenstraße 140 · 65189 Wiesbaden
Tel.: 0611/31 51 38 · Fax: 0611/31 4971
eMail: abendgymnasium@wiesbaden.de

Hessenkolleg WIESBADEN

Hessenkolleg Wiesbaden
Abitur für Erwachsene
Nächster Lehrgangsbeginn August 2012
Nächster Vorkursbeginn Februar 2013

- Abitur: 3-jähriger Lehrgang
- oder 2-jähriger Intensivlehrgang
- Fachhochschulreife in zwei Jahren
- öffentliche Schule, Tagesunterricht
- keine Studiengebühren, Bafög gefördert
- ... 5 Minuten vom Bahnhof

hkwi@hessenkolleg-wiesbaden.de
www.Hessenkolleg-Wiesbaden.de

Hessenkolleg Wiesbaden
Alexandrastrasse 6-8
65187 Wiesbaden
Tel.: 0611/98 60 10

Anzeigen

EDV

Unsere EDV-Kurse werden geleitet von: Saeed Javid Tabatabai, Bea Krebs, Dr. Gabriela Heilmann, Dr. Ulrike Kaiser, Marc Schaumburg, Ralf Rhode, Peter Schwägerl. Wenn Sie wissen möchten, wer die von Ihnen geleiteten Kurse leitet, schauen Sie bitte im Internet unter www.vhs-wiesbaden.de oder sprechen uns an!

EDV mit System

unser Baukastenprinzip

Unsere Kurse sind systematisch aufeinander aufgebaut. Dies ermöglicht es, die entsprechenden Vorkenntnisse entweder durch die davor liegenden Kurse zu erlangen oder entsprechend Ihrer Vorkenntnisse direkt in höhere Kurse einzusteigen.

Viele Bausteine werden in mehreren Varianten angeboten: als fortlaufender Abendkurs oder kompakt an einem Wochenende. Darüber hinaus haben Sie bei einigen Themen die Möglichkeit, alle Bausteine als Kompaktkurs an einem Stück zu buchen oder innerhalb einer Woche als Bildungsurlaub. So können Sie in der Kursform variieren und kombinieren, wie es für Ihren Terminkalender am günstigsten ist, die Kurse passen inhaltlich immer zueinander.

Grundregel: Bevor Sie einen unserer Kurse wählen, lassen Sie sich bitte telefonisch von uns beraten.

Wir möchten, dass Sie sich weder in zu einfachen Kursen langweilen, noch in zu hoch gewählten Kursen überfordern. Gemeinsam im Gespräch erstellen wir den für Sie passenden »Fahrplan«, der Sie systematisch auf das gewünschte Kenntnisniveau bringt. Bei unseren Spezialistenkursen haben Sie darüber hinaus die Möglichkeit, im Vorfeld mit dem Trainer zu sprechen, um die erforderlichen Vorkenntnisse zu jedem Kurs richtig einzuschätzen.

Wir arbeiten in allen unseren Kursen mit Büchern des Herdt-Verlages, die Sie zum Weiterüben behalten können. Jeder Kurs beinhaltet Materialien im Wert von € 10,– bis € 20,–.

Wir arbeiten in allen unseren Kursen ausschließlich mit dem Betriebssystem **Windows 7** und Anwendungen aus **Office 2010.**

EDV-Zertifizierungen

In Kooperation mit der Hochschule RheinMain bieten wir Ihnen folgende international anerkannte Zertifizierungen an:

Microsoft Office Specialist

Excel 2007 – Word 2007 – PowerPoint 2007 – Outlook 2007 – Access 2007

Wenn Sie die vier Einzelprüfungen Excel, Word, Outlook und PowerPoint erfolgreich abgelegt haben, erhalten Sie automatisch die Zertifizierung zum » Microsoft Office Master«. Alle Prüfungen werden online in der jeweiligen Anwendungsumgebung durchgeführt.

Preise: Jede Office Spezialist Einzelprüfung kostet 75,– € oder 85,– € (Einzelprüfung mit Wiederholungsversuch, falls nicht bestanden). Ausführliche Information zur Zertifizierung unter (06 11) 98 89-151

Ihr Weg in den Beruf – wir unterstützen Sie!

Schulabschlüsse 2012

Die nächsten Termine sind:

Hauptschulabschluss
ab 30. Oktober 2012
Realschulabschluss
ab 20. August 2012

Information und Beratung:
Tel.: 06 11/98 89 -151
E-Mail: berufundkarriere@vhs-wiesbaden.de

Die vhs Volkshochschulen

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Volkshochschule Wiesbaden e.V.
Alcide-de-Gasperi-Str. 4/5
65197 Wiesbaden

Telefon: 0611/98 89-151
Fax: 0611/98 89-159
www.vhs-wiesbaden.de

Weiterbildung – Profitieren auch Sie!

Die vhs Volkshochschulen

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Die Volkshochschule ist anerkannte Beratungsstelle für die Ausstellung von Qualifizierungsschecks und Bildungsprämie.
Hier erhalten Sie trägerunabhängige Beratung rund um die Planung Ihrer persönlichen beruflichen Weiterbildung und können die entsprechenden Fördermittel beantragen. Information und Vereinbarung von Terminen unter 06 11/ 98 89-151.

Wichtig: Die Förderprogramme greifen nur für Kurse, für die Sie noch nicht angemeldet sind!

Zahlt sich aus: Die Bildungsprämie

Der Prämiengutschein richtet sich an
- alle Erwerbstätigen aus Unternehmen
- deren zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 Euro (oder 40.000 € bei gemeinsam Veranlagten) nicht übersteigt. Auch Berufsrückkehrer/-innen oder Mütter und Väter in Elternzeit können ihn beantragen! Mit dem Prämiengutschein erhalten Sie 50% Zuschuss zu Ihren Weiterbildungskosten, maximal 500 €.

Der Gutschein kann alle zwei Jahre im Rahmen eines (kostenlosen) Beratungsgesprächs beantragt werden.
Mit dem Weiterbildungssparen können Sie aufwändigere Weiterbildung unabhängig vom Einkommen finanzieren.
Gefördert aus Mitteln:

Bundesministerium für Bildung und Forschung

ESF Europäischer Sozialfonds für Deutschland

EUROPÄISCHE UNION Europäischer Sozialfonds

AUFSTIEG DURCH BILDUNG

Qualifizierungsscheck

Weil Du mehr kannst

Die Förderung über Qualifizierungsschecks wendet sich an
- Beschäftigte aus kleinen und mittleren hessischen Unternehmen mit Hauptwohnsitz Hessen
- über 45-Jährige und/oder An-/Ungelernte
- Teilzeitbeschäftigte und Ausbilder

Der Qualifizierungsscheck übernimmt 50% der Weiterbildungskosten, max. € 500 und kann im Rahmen eines (kostenlosen) Beratungsgesprächs beantragt werden.

HESSEN

Gefördert aus Mitteln :

Qualifizierungsoffensive des hessischen Wirtschaftsministeriums – Programme zur beruflichen Bildung

Europäischer Sozialfonds Für die Menschen in Hessen

EUROPÄISCHE UNION Europäischer Sozialfonds

WEITERBILDUNG HESSEN e.V.

Bundesagentur für Arbeit

Die Bundesagentur für Arbeit unterstützt die Weiterbildung von sozialversicherungspflichtig Beschäftigten mit dem Programm „Weiterbildung Geringqualifizierter und beschäftigter älterer Arbeitnehmer in Unternehmen" (WeGebAU).

Einige Kurse des Fachbereichs können über dieses Programm zu 100% gefördert werden, achten Sie bitte auf die entsprechende Kennzeichnung.
Bei Interesse sprechen Sie uns bitte an, wir leiten Sie an die entsprechende Stelle bei der Bundesagentur für Arbeit weiter.

Wir beraten Sie gern!

Information und Vereinbarung von Terminen unter 06 11/ 98 89-151

Ihre Volkshochschule Wiesbaden e.V.

EDV-Einführungen

EDV – Wir beginnen bei »Adam und Eva«

Haben Sie noch nie einen PC angefasst? Haben Sie immer Angst, etwas kaputt zu machen? Hält Ihre Angst, sich mit Technik gar nicht auszukennen, Sie sogar von den Einsteigerkursen ab? Dann ist dieser Kurs ein ganz sanfter Einstieg für Sie – wir beginnen mit den allerersten Dingen:

– Wo schalte ich ein?
– Die wichtigsten Begriffe: Betriebssystem, Desktop, Soft- und Hardware, Windows, Hoch- und Runterfahren, Cursor, Modem…
– Aus welchen Teilen besteht so ein PC überhaupt: Vertrautwerden mit dem Rechner, der Tastatur, der Maus, dem Drucker u.v.m.
– Wie verbindet man die einzelnen Teile mit Kabeln, welche Kabel- und Steckersorten gibt es?
– Welche Speichermedien gibt es: Disketten, CDs, USB-Sticks…
– Was sind Fenster und wie funktionieren sie?
– Programme, Daten und Dateien…
– Was bedeuten die ganzen Tasten auf der Tastatur und wie schreibt und korrigiert man einen einfachen Text?
– Wie halte ich Ordnung auf meinem Computer, Ordner anlegen, verwalten und löschen, Bewegen in der Ordnerstruktur
– Kopieren, Verschieben und Löschen von Dateien
– Wie speichert man gezielt in einen Ordner?
– Wo sind die Unterschiede von Windows XP, Windows Vista und Windows 7 Vorkenntnisse: absolut gar keine!

Wer möchte, kann mit dem eigenen Laptop arbeiten.

D52010A 18,00 Ustd. 145,– €
6 Freitage, ab 7.9.2012
Fr, 18:00 – 20:15 Uhr
Steffen Tautermann

D52010B 18,00 Ustd. 145,– €
6 Freitage, ab 9.11.2012
Fr, 18:00 – 20:15 Uhr
Steffen Tautermann

E52010B 18,00 Ustd. 145,– €
6 Freitage, ab 18.1.2013
Fr, 18:00 – 20:15 Uhr
Steffen Tautermann

PC-Grundlagen

Windows 7

Dieser Grundlagenkurs vermittelt Ihnen die wichtigsten Kenntnisse, die Sie zur selbständigen Arbeit am Computer benötigen. Die enthaltenen Kenntnisse sind unabdingbare Voraussetzung für alle weiteren Computerkurse:

– Grundlegende Einführung: Maus, Tastatur, Start, Starten und Beenden von Programmen, Öffnen und Schließen von Dateien
– Übersicht und Einblick in gängige Standardsoftware und Funktion des Windows-Desktop
– Basiskenntnisse Hardware
– Einführung in die Fenstertechnik des Betriebssystem Windows
– Übersichtliche Ordnung der Festplatte(n)
– Umgang mit dem Explorer
– Erzeugen eigener Ablagestrukturen (Ordnersysteme)
– Sichern, Löschen, Verschieben und Kopieren von Dateien und Ordnern
– Umgang mit Speichermedien (Disketten, CD, DVD)
– Gängige Elemente der Systemsteuerung (z.B. Installation neuer Hardware-Komponenten wie Modem oder Drucker, Einfügen neuer Schriftarten) und der Anpassung des Systems

D52210A 16,00 Ustd. 135,– €
4 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr

D52210B 16,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr

D52210C 16,00 Ustd. 135,– €
4 Abende, ab 14.11.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr

E52210A 16,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 18.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 19.1.2013, 9:00 – 18:00 Uhr

PC-Grundlagen Kompakt

Windows 7 und Internet

Dieser Grundlagenkurs vermittelt Ihnen die wichtigsten Kenntnisse, die Sie zur selbständigen Arbeit am Computer und zum Surfen im Internet benötigen:

– Grundlegende Einführung: Maus, Tastatur, Start, Starten und Beenden von Programmen, Öffnen und Schließen von Dateien
– Übersicht und Einblick in gängige Standardsoftware und Funktion des Windows-Desktop
– Basiskenntnisse Hardware:
– Einführung in die Fenstertechnik des Betriebssystem Windows
– Übersichtliche Ordnung der Festplatte(n)
– Umgang mit dem Explorer
– Erzeugen eigener Ablagestrukturen (Ordnersysteme)
– Sichern, Löschen, Verschieben und Kopieren von Dateien und Ordnern
– Umgang mit Speichermedien (Disketten, CD, DVD)
– Gängige Elemente der Systemsteuerung (z.B. Installation neuer Hardware-Komponenten wie Modem oder Drucker, Einfügen neuer Schriftarten) und der Anpassung des Systems

Internet Basiswissen und Sicherheit

– Zugangsvoraussetzungen (erforderliche Hard- und Software, Kosten)
– E-Mail: Einrichten einer eigenen, kostenlosen E-Mail-Adresse (Webmail), Schreiben und Empfangen von E-Mails mit und ohne Anhang, Lesen.
– Vor- und Nachteile der Nutzung von E-Mail-Clients (z. B. Outlook, Outlook Express)
– Aufbau des Internets, wichtige Begriffe und Zusammenhänge
– Komfortables Surfen mit dem Browser Internet Explorer (z. B. wichtige Funktionen, Favoriten, Verlauf)
– Recherche im Internet (Es gibt nicht nur die Suchmaschine Google!)
– Nutzung von Informationen (Drucken, Speichern, Transfer in andere Programme)
– Download, PDF-Dateien und Acrobat Reader
– Allgemeine Sicherheitsmaßnahmen
– Schutzprogramme (gegen Viren, Würmer, Trojaner, etc.)
– Sicherheits-Einstellungen im Internet-Explorer
– Sicheres Einkaufen im Internet
– Chat
– Newsgroups

D52250BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 8.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr

PC und Unterricht interaktiv

Wie setzte ich PC und Internet didaktisch sinnvoll ein? Verbinden Sie gezielt Ihre fachlichen Kenntnisse mit moderner IT. Der Kurs gibt Ihnen eine Einführung in hotpotatoes und Stepmap. Mit hotpotatoes erstellen Sie ganz einfach Kreuzworträtsel, Multiple Choise-Fragen oder Lückentexte. Stepmap erlaubt die Gestaltung interaktiver Karten, u.a. interessant für Landeskunde oder Geschichte. Die Einführung in die Benutzung der Programme dient auch als Anregung, selbstgesteuerte Lernprozesse für Lernende zu gestalten und mit interaktiven Lernmaterialien zu unterstützen.

D52310 10,00 Ustd. 135,– €
1 Samstag, 1.12.2012
9:00 – 17:00 Uhr

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

EDV-Anwendungen

Word

Baustein 1: Basiswissen
- Das Word-Anwendungsfenster: Aufbau und Handhabung
- Texteingabe und Korrektur
- Grundlegende Formatierungen (Zeichen, Absatz, Schrift u.ä.)
- Markieren, Kopieren und Verschieben von Text
- Dokumente speichern und drucken
- Office-Zwischenablage
- Textelemente suchen und ersetzen
- Rechtschreibungs- und Grammatikprüfung
- Hilfefunktion von Word

D52610A 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr

D52610B 8,00 Ustd. 75,– €
1 Samstag, 29.9.2012
9:00 – 16:00 Uhr

D52610C 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 6.11.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

E52610A 8,00 Ustd. 75,– €
Samstag, 19.1.2013
9:00 – 16:00 Uhr

Baustein 2: Professionelle Textgestaltung
Professionelle Bearbeitung und Formatierung von Textdokumenten aller Art
- Tabulatoren
- Nummerierungs- und Aufzählungszeichen
- Rahmen, Linien und Schattierungen
- Dokumentvorlagen
- Grafiken einfügen und bearbeiten
- Tabellen erstellen und bearbeiten
- AutoTexte und AutoKorrektur
- Silbentrennung
- Synonyme/Thesaurus

D52620A 12,00 Ustd. 105,– €
3 Abende, ab 17.9.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr

D52620B 12,00 Ustd. 105,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 16:00 Uhr

D52620C 12,00 Ustd. 105,– €
3 Abende, ab 20.11.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

E52620A 12,00 Ustd. 105,– €
1 Wochenende
Fr, 25.1.2013, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 26.1.2013, 9:00 – 16:00 Uhr

Baustein 3: Word für das Büro
Normgerechte Bürokommunikation nach den Regeln der DIN 676/DIN 5008 und Automation im Büro:
- Dokumentvorlagen erstellen und bearbeiten
- Serienbriefe und Etikettendruck
- Geschäftsbriefe nach DIN 5008/676
- Kopf- und Fußzeilen
- Falz- und Lochmarken einfügen

D52630A 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr

D52630B 8,00 Ustd. 75,– €
Samstag, 13.10.2012
9:00 – 16:00 Uhr

D52630C 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 11.12.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

E52630A 8,00 Ustd. 75,– €
Samstag, 2.2.2013
9:00 – 16:00 Uhr

Word Kompaktkurs
Bausteine 1 – 3 am Stück
Baustein 1: Word – Basiswissen
Baustein 2: Professionelle Textgestaltung mit Word
Baustein 3: Word für das professionelle Büro
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
D52650BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 29.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr

€ 95,– *
Für private Zwecke

NUR NOCH

FÜR KURZE ZEIT *

Microsoft Office 2010
Professional Plus

Inklusive:
- Word 2010
- Excel 2010
- PowerPoint 2010
- Outlook 2010 inkl. BCM
- Publisher 2010
- Access 2010
- Lync 2010
- InfoPath 2010
- SharePoint Workspace

Preisangaben inkl. ges. MwSt., zzgl. Versandkosten

Das umfangreichste Office für vhs-Kursteilnehmer (Beruf/EDV)
Lagerabverkauf - nur so lange der Vorrat reicht (Stand 04/2012) *
Immer aktuelle Software-Angebote für vhs-Kursteilnehmer:

www.cobra-shop.de/vhs

dvv Deutscher Volkshochschul-Verband e.V. vhs Die Volkshochschulen

Bequem online bestellen unter: www.cobra-shop.de/vhs
FON 07531/892360 • FAX 07531/8923622 • MAIL info@cobra-shop.de

* Microsoft hat das Angebot für Microsoft Office für Lernende und Lehrkräfte im Bildungsbereich weltweit überarbeitet. Infolgedessen ist Microsoft Office 2010 Professional Plus für vhs-Kursteilnehmer (Beruf/EDV) zum Preis von EUR 95,- ink. MwSt. zzgl. Versand ab April 2012 nur noch verfügbar, so lange der Vorrat reicht. Über unsere jeweils aktuellsten Software-Angebote für vhs-Kursteilnehmer (Beruf/EDV) informieren wir Sie im Internet unter www.cobra-shop.de/vhs.

Anzeige

Erstellen wissenschaftlicher Arbeiten mit Word

An wissenschaftliche Arbeiten werden sehr genaue Anforderungen gestellt, Word besitzt ein Instrumentarium, mit dem Sie diesen Anforderungen sehr gut gerecht werden. Anhand eines Beispieltextes lernen Sie in diesem Kurs:

- Formatvorlagen zur grundsätzlichen Formatierung einsetzen
- Inhaltsverzeichnis, Stichwortverzeichnis/Index erstellen
- Abbildungen, Tabellen, … fortlaufend beschriften
- Abbildungsverzeichnis, Tabellenverzeichnis, … erstellen
- Gliederung erstellen und mit der Gliederungsansicht konzeptionell arbeiten
- Kopf- und Fußzeilenverwaltung, individuelle Seitennumerierung
- Fußnotenverwaltung
- Textmarken und Querverweise
- Abschnittswechsel gekonnt einsetzen
- Titelblatt hinzufügen
- Einfügen von Tabellen und Graphiken: direkt, verknüpft oder als Objekt, Festlegen des umgebenden Textflusses
- Formeln mit dem Formeleditor erstellen
- Arbeiten mit Zentraldokument und Filialdokumenten

Voraussetzungen: Sichere Grundkenntnisse in Word

E52660 8,00 Ustd. 95,– €
Samstag, 19.1.2013
10:00 – 17:00 Uhr
Dr. Ulrike Kaiser

Excel

Baustein 1: Basiswissen

Struktur und Handhabung des Excel-Arbeitsbildschirms und der grundlegenden Funktionen

- Aufbau und Aufbereitung von Tabellen und Mappen
- Einfache Rechenoperationen
- Formatieren von Tabellen und Mappen
- Elementare statistische Funktionen
- Diagrammfunktion
- Besonderheiten beim Drucken mit Excel
- Datei, Arbeitsmappe, Zellen und Objekte schützen
- Ausfüllen und Sortieren von Datenreihen
- Relative und absolute Adressierung

D52710A 16,00 Ustd. 135,– €
4 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

D52810A 16,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 9:00 – 18:00 Uhr

D52910A 16,00 Ustd. 135,– €
4 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr

Baustein 2: Professionelles Arbeiten mit Excel

Schnelle und professionelle Gestaltung von Tabellen, fortgeschrittene Verwendung der Rechenfunktionen:

- Die Datenbankfunktion von Excel
- Erweiterte Formatierungs- und Diagrammfunktionen
- Die Arbeit mit Formeln und Funktionen
- Bereichsnamen
- Arbeitsmappen effektiv nutzen (Bezüge)
- Smart-Tags
- Arbeit mit Datums- und Uhrzeitfunktionen

D52720A 16,00 Ustd. 135,– €
4 Abende, ab 2.10.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

D52820A 16,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr

D52920A 16,00 Ustd. 135,– €
4 Abende, ab 28.11.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr

vwa. wiesbaden

Studium neben dem **Beruf**

- auf Hochschulniveau
- im Abendstudium
- auch ohne Abitur

BETRIEBSWIRT (VWA) in 6 Semestern
ÖKONOM (VWA) in 4 Semestern
AUFBAUSTUDIENGÄNGE in 3 Semestern

Vorlesungsorte:	**Hochschule RheinMain, IHK**
Termine:	**2-3 mal in der Woche**
Montag bis Freitag:	**18.00 Uhr bis 21.15 Uhr**
Samstagvormittag:	**ab 8.30 Uhr**

GASTSTUDIUM Vorlesungen nach Wahl

Betriebswirtschaftslehre: Betriebliche Steuerlehre I + II, Bilanzanalyse, Bilanzen I + II, Buchführung, Controlling I + II, Einführung in die Betriebswirtschaftslehre, Finanzmanagement I + II, Internationales Management, Kosten- und Leistungsrechnung, Marketing I + II, Personalmanagement I + II, Produktion und Logistik

Volkswirtschaftslehre: Einführung in die Volkswirtschaftslehre, Finanzwissenschaft I + II, Geld- und Währungspolitik, Internationale Wirtschaftsbeziehungen, Makroökonomie, Mikroökonomie, Wachstums- und Konjunkturpolitik

Recht: Arbeits- und Sozialrecht, Bürgerliches Recht I + II, Handels- und Wirtschaftsrecht I + II (inklusive Europarecht), Öffentliches Recht

Methoden: Grundlagen der Wirtschaftsinformatik, Statistik, Informationsmanagement, Wirtschaftsmathematik I + II, Wissenschaftliches Arbeiten

Bildungsprämie oder Qualifizierungscheck über die vhs sichern!

Beratung 0611 33465970
E-Mail kontakt@vwa-wiesbaden.de

VWA Wiesbaden - Verwaltungs- und Wirtschafts-Akademie Wiesbaden e.V.
Schiersteiner Straße 46
65187 Wiesbaden

www.vwa-wiesbaden.de

Studium neben Beruf / Ausbildung - BWL-Abendstudium.de

Anzeige

Baustein 3: Fortgeschrittenes Arbeiten mit Excel
– Pivottabellen
– Komplexe Diagramme
– Statistische Funktionen
– Datenanalyse, Daten konsolidieren und kombinieren
– Abfragen mit MS-Query

D52730A 16,00 Ustd. 145,– €
4 Abende, ab 13.11.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

D52830A 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr

E52925A 16,00 Ustd. 145,– €
4 Abende, ab 16.1.2013
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr

Excel Kompaktkurs
Bausteine 1 + 2 am Stück
Baustein 1: Excel – Basiswissen
Baustein 2: Professionelles Arbeiten mit Excel
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
D52850BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 19.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr

Makroprogrammierung in Excel

Sie möchten Arbeitsabläufe in Excel beschleunigen? Wir erarbeiten gemeinsam die Automation wiederkehrender Arbeitsläufe, mit Hilfe des Makrorecorders zeichnen wir die Arbeitsvorgänge auf und analysieren und verändern die entstanden Makros. Wir sprechen über Variablen, Kontrollstrukturen und Schleifen. Sie erfahren, was Objekte, Eigenschaften, Werte und Methoden sind und steigen mit uns in die Makrosprache Visual Basic ein.
Nach dem Besuch des Kurses können Sie Ihre eigenen Erfordernisse in der Arbeitsumgebung von Excel umsetzen.
Voraussetzungen: Besuch des Aufbaukurses oder vergleichbare Kenntnisse.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
E52860BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 21.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Ralf Rhode

PowerPoint

Baustein 1: Basiswissen
Inhalt, Aufbau und Gestaltung von Präsentationen, grundlegende Werkzeuge zum Aufbau und Gestalten von Folien(sätzen):
– Das PowerPoint-Anwendungsfenster
– Neue Präsentationen erstellen
– Entwurfvorlagen verwenden
– Office-Zwischenablage
– Hilfefunktion von PowerPoint
– Grafiken, Diagramme, Organigramme und Tabellen einfügen und bearbeiten
– Bildschirmpräsentation steuern
– Folienübergänge und einfache Animationen
– Drucken von Folien, Notizen, Gliederungen und Handzetteln

D53010A 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 11.9.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

D53030B 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 22.11.2012
Do, 18:00 – 21:00 Uhr

Baustein 2: Professionelles Präsentieren mit Powerpoint
Professionelle Gestaltung von Foliensätzen, Durchführen von Präsentationen mit Powerpoint:
– Erstellen und Bearbeiten grafischer Elemente
– Einfügen und Formatieren von Textfeldern, Grafiken, Diagrammen und Tabellen
– Einfügen von Folien und Objekten aus anderen Präsentationen
– Folienmaster, Titelmaster, Handzettelmaster und Notizenmaster
– Masterfolien/Entwurfsvorlagen
– Interaktive Schaltflächen und Aktionseinstellungen
– Mit Powerpoint-Präsentationen unterwegs: Export mit Pack & Go.

D53020A 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 25.9.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

D53040B 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 6.12.2012
Do, 18:00 – 21:00 Uhr

PowerPoint – Kompaktkurs
Bausteine 1 + 2 am Stück
Baustein 1:
Powerpoint – Basiswissen
Baustein 2:
Professionelles Präsentieren

D53050A 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 9:00 – 18:00 Uhr

D53050B 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 17.11.2012, 9:00 – 18:00 Uhr

E53050A 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 18.1.2013, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 19.1.2013, 9:00 – 18:00 Uhr

Internet

Dieser Kurs bietet anhand zahlreicher praktischer Übungen einen systematischen Einstieg in das Arbeiten mit dem Internet. Ziel ist dabei die effektive und vor allem sichere Nutzung seiner vielfältigen Möglichkeiten

Basiswissen
– Zugangsvoraussetzungen (erforderliche Hard- und Software, Kosten)
– Aufbau des Internets, wichtige Begriffe und Zusammenhänge
– Komfortables Surfen mit dem Browser Internet Explorer (z. B. wichtige Funktionen, Favoriten, Verlauf)
– Suchen und Recherchieren mit Suchmaschinen
– Nutzung von Informationen (Drucken, Speichern, Transfer in andere Programme)
– Download, PDF-Dateien und Acrobat Reader

Sicherheit
– Allgemeine Sicherheitsmaßnahmen
– Schutzprogramme (gegen Viren, Würmer, Trojaner, etc.)
– Sicherheits-Einstellungen im Internet-Explorer

Kommunikationsmöglichkeiten
– E-Mail: Einrichten einer eigenen, kostenlosen E-Mail-Adresse (Webmail), Schreiben und Empfangen von E-Mails mit und ohne Anhang, Lesen.
– Vor- und Nachteile der Nutzung von E-Mail-Clients (z. B. Outlook, Outlook Express)
– Chat
– Newsgroups
– Social Media

D53110A 12,00 Ustd. 75,– €
3 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr

E53110A 12,00 Ustd. 75,– €
1 Wochenende
Fr, 25.1.2013, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 26.1.2013, 9:00 – 16:00 Uhr

Outlook

Als persönlicher Informations-Manager lässt sich Outlook als eine zentrale Schaltstelle für alle Kontakt- und Termindaten im Büroalltag nutzen, um diese zu organisieren und überschaubarer zu gestalten. Ziel dieses Basis-Bausteins ist die routinierte Handhabung aller Programmfunktionen:

Baustein 1: Bürokommunikation und –organisation
– Outlook-Benutzeroberfläche
– Nachrichtenaustausch (E-Mail-Korrespondenz)
– Adressverwaltung (Kontakte anlegen)
– Einfache Terminverwaltung
– Notizen

D53130A 4,00 Ustd. 50,– €
1 Abend, 21.9.2012
Fr, 18:00 – 21:00 Uhr

D53130B 4,00 Ustd. 50,– €
1 Abend, 7.12.2012
Fr, 18:00 – 21:00 Uhr

D53130C 4,00 Ustd. 50,– €
1 Abend, 25.9.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

Baustein 2: Professionelle Nutzung
– Wiederkehrende Termine und Ereignisse
– Erinnerungsfunktionen
– Persönliche Arbeitszeiten
– Aufgabenverwaltung (Aufgaben delegieren)
– Besprechungen organisieren
– Ordnerverwaltung
– Regelassistent (Nachrichten filtern)
– Unerwünschte Mails (Junk-Mails)
– Elemente kategorisieren, sortieren und suchen
– Drucken von allen Elementen

D53140A 8,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, 22.9.2012
9:00 – 16:00 Uhr

D53140B 8,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, 8.12.2012
9:00 – 16:00 Uhr

D53140C 8,00 Ustd. 95,– €
2 Abende, ab 2.10.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr

Access

Baustein 1: Basiswissen
– Datenbankgrundlagen
– Grundlegende Arbeiten mit Datenbanken
– Grundlagen zu Tabellen und Tabellenstruktur
– Tabelleneigenschaften, Feldeigenschaften

– Grundlagen zu Feldeigenschaften
– Grundlagen von sortieren und filtern von Daten
– Einfache Abfragen definieren
– Umgang mit Operatoren
– Formular mit Assistenten erstellen

D53310 16,00 Ustd. 180,– €
4 Abende, ab 1.11.2012
Do, 18:00 – 21:00 Uhr

Baustein 2: Fortgeschrittenes Arbeiten mit Access
– Beziehungen zwischen Tabellen
– Weiterführende Abfragetechniken
– Operatoren und Funktionen
– Aktionsabfragen
– Abfragen mit Aggregatfunktionen
– Grundlagen der Formularerstellen und Bearbeiten
– Grundlagen zu Berichten erstellen und Bearbeiten
– Externe Daten importieren und exportieren

D53320 16,00 Ustd. 180,– €
4 Abende, ab 29.11.2012
Do, 18:00 – 21:00 Uhr

Access Makroprogrammierung

Sie möchten Arbeitsabläufe in Microsoft Access beschleunigen? In diesem Kurs erarbeiten wir die Automatisierung von Arbeitsabläufen. Wir programmieren Makros mit Hilfe der Makrosprache von Microsoft Access. Diese Makros binden wir in die Datenbankoberfläche ein. In einem zweiten Schritt erkunden wir die in Microsoft Access enthaltene Programmiersprache VBA (Visual Basic für Applikationen). Hierbei lernen Sie Variablen, Kontrollstrukturen und Schleifen kennen. Darüber hinaus erhalten Sie Informationen und Erfahrungen zu Objekten, Eigenschaften, Werte und Methoden. Nach Besuch des Kurses können Sie Ihre Programmiererfahrung im Ausbau Ihrer Datenbankanwendungen umsetzen.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D53325BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 10.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr

Access Kompakt
Bausteine 1 – 2 am Stück
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D53330BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 19.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr

Betriebssysteme/Hardware

Linux/UNIX

Kompakt
Linux ist ein frei verfügbares Betriebssystem, das von Linus Torvalds und vielen freien Entwicklern weltweit entwickelt wird. Linux bietet mittlerweile die gesamte Funktionalität, die man von modernen Betriebssystemen erwartet. Echtes Multitasking, virtuelle Speicherverwaltung, dynamisch nachladbare Bibliotheken mit Versionsnummern und andere moderne Konzepte machen das POSIX orientierte Betriebssystem zur optimalen Lösung für viele Einsatzgebiete: www.linux.de
– Aufgabe eines Betriebssystems
– Aufgaben eines Systemadministrators
– Standard-Unix-Werkzeuge
– Installation des Systems
– Installation der Anwendungen
– Aufbau, Wartung und Pflege des Unix-Dateisystems
– Datensicherung und Rücksicherung
– Scheduling und Automatisieren der wiederkehrenden Aufgaben
– Benutzerklassen und Zugriffsrechte
– Starten und Stoppen (unterschiedliche Runlevel) des Systems
– Kommandos zur Prozessverwaltung
– Allgemeine UNIX-Kommandos
– Shell und Shellprogrammierung inklusive regulärer Ausdrücke und awk
– Netzwerkdienste (z.B. ftp, httpd, inetd, samba usw).

D53430 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden, ab 2.11.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Said Hasan Hashemi

Betriebssystem sichern, optimieren, effizient nutzen

– Datensicherung (Image erstellen mit Fremdsoftware oder Windows eigenen Programmen)
– Windows optimieren (Treiber optimieren, Systemstart optimieren, Dienste verwalten)
– Verlorene Daten wieder herstellen (gelöschte Dateien wieder herstellen)
– Antivirensoftware/Firewall einrichten (Kostenloses AV Software im Vergleich zu kommerziellen Lösungen)
– PDF-Dokumente erstellen (kostenlose PDF Programme nutzen)
– Interessante Shareware/Freeware vorstellen (Systemprogramme, Tools, usw.)

D53450A 8,00 Ustd. 75,– €
1 Samstag, 22.9.2012
10:00 – 16:00 Uhr
Marc Schaumburg

Windows neu installieren

Das Löschen von scheinbar nicht benötigten Dateien, die Installation oder Deinstallation von Programmen sowie Probleme mit Viren führen häufig zur Situation, dass der Computer zwar nicht kaputt ist, aber auch nicht mehr reibungslos funktioniert. Eine Neueinrichtung des Betriebssystems ist unerlässlich. In diesem Workshop können Sie Ihren eigenen PC oder Ihr Notebook mitbringen und ihn neu installieren und fertig einrichten. Im Vorfeld wird eine Datensicherung durchgeführt.

D53460A 8,00 Ustd. 75,– €
1 Samstag, 29.9.2012
9:00 – 16:00 Uhr
Peter Schwägerl

Computer selber bauen, individuell ausstatten und Geld sparen

Jeweils in Kleingruppen von maximal 2 Teilnehmern werden Sie in diesem Kurs einen kompletten PC montieren. Dabei lernen Sie, welche Hardwarekomponenten notwendig sind, die richtige Auswahl der Komponenten zu treffen und die Bauteile fachgerecht zu montieren. Weiterhin lernen Sie, Windows ordentlich zu installieren, sowie Gerätetreiber zu installieren und zu optimieren. Sie erfahren, was Sie wirklich brauchen und wo Sie Ihre Komponenten beschaffen können (z.B. Internet) und dabei auch noch Geld gegenüber einem fertigen PC sparen.
– Hardwarekunde: Mainboard, Prozessor, Grafikkarte, Speicher usw.
– Montage von Computersystemen
– Konfiguration der Hardware
– Betriebssysteminstallation und Systemoptimierung

D53470 8,00 Ustd. 75,– €
1 Samstag, 17.11.2012
9:00 – 16:00 Uhr
Marc Schaumburg

Grafik/Layout/Bildbearbeitung

Adobe Acrobat und PDF-Workflow

Das PDF-Dateiformat ist in der Lage, Bilder, Texte und Layoutmerkmale in einer Datei zu vereinigen und damit ein originalgetreues Abbild einer grafisch gestalteten Seite darzustellen. PDF-Dateien enthalten alle Daten, die für die Weiterverarbeitung im Druck oder Digitaldruck benötigt werden. Überall, wo das Web genutzt wird, um Dokumente verschiedenster Art (Aufsätze, Tabellen, Charts oder Broschüren) zu verteilen, spielen Acrobat und PDF eine entscheidende Rolle. Sie erfahren praxis-erprobtes Wissen zur effizienten und sicheren Verwendung von PDF-Dokumenten in der Druckvorstufe, im elektronischen Publishing und in einer netzwerkgestützten Büroumgebung.

D54010 8,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, 24.11.2012
9:00 – 16:00 Uhr
Ulrike Weigel

Adobe Indesign

Mit der leistungsstarken Kombination aus umfangreicher Funktionalität und kreativer Freiheit eröffnet Adobe InDesign neue gestalterische Möglichkeiten für den gesamten Design-Prozess. Die nahtlose Integration mit anderen Anwendungen von Adobe sowie optimierte Abläufe in einer perfekt abgestimmten Design-Umgebung ermöglichen die Erstellung professionell gestalteter Layouts mit überzeugender Grafik und Typografie.
Frau Krauß ist Adobe Certified Expert, Herr Moeres ist Adobe Certified Expert and Instructor.
Den gültigen Ablaufplan für den Bildungsurlaub erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D54020 28,00 Ustd. 320,– €
7 Abende, ab 20.8.2012
Mo, 18:30 – 21:30 Uhr
Gerhild Krauß

D54020BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub
1 Woche, ab 17.9.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gerard Moeres

D54025BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche, ab 3.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gerard Moeres

HESSENCAMPUS Wiesbaden
BILDUNGSBERATUNG

- kostenfrei und trägerübergreifend -

HESSENCAMPUSWIESBADEN
Lebensbegleitendes Lernen

„Wenn ich nur wüsste . . . !!!"

- Sie möchten wissen, wie Sie Ihr Bildungsziel erreichen und welche Fördermöglichkeiten bestehen?
- Sie möchten sich beruflich verändern oder einfach nur ihren persönlichen Bildungshorizont erweitern?
- Es fällt Ihnen schwer, aus einer breiten Angebotspalette von Bildungs- und Beratungseinrichtungen die richtige Wahl zu treffen?

Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Kompetenzen zu benennen, Ihre Weiterbildungsstrategie zu entwickeln und das passende Bildungsangebot zu finden. **Termine nach Vereinbarung!**

Bildungsberatung
HESSENCAMPUS Wiesbaden

Nicole Möhlenkamp
Hasengartenstraße 2
65189 Wiesbaden

Tel.: 0611/44 56 69-40
Fax: 0611/44 56 69-41
E-Mail: nmoehlenkamp@hessencampus-wiesbaden.de
www.hessencampus-wiesbaden.de

Bildungsberatung
der vhs Wiesbaden e.V.

Annette Groth
Fachbereich Beruf und Karriere
Alcide-de-Gasperi-Straße 5
65197 Wiesbaden

Tel.: 0611/98 89-150
Fax: 0611/98 89-159
E-Mail: agroth@wiesbaden.de
www.vhs-wiesbaden.de

BILDUNG FÜRS LEBEN

Anzeige

EDV für Ältere

Wir arbeiten in unseren Kursen ausschließlich mit Windows 7 und Office 2010!

Baustein 1: Erste Schritte am PC
Hier lernen Sie den allerersten Umgang mit dem PC und alles was Sie drumherum so wissen sollten. Diesen Baustein sollten Sie als Grundlage der weiteren Bausteine auf jeden Fall besuchen:
– Den Computer und seine Bestandteile kennen
– Computermaus und -tastatur bedienen
– Die Bildschirmoberfläche und wesentliche Symbole kennen
– Programme öffnen und schließen

D53505A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 28.8.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53505B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 24.9.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

D53505C 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 6.11.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53505A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 29.1.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53505B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 11.3.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 2: Ordnung auf dem PC
Die ersten Schritte am PC sind gemacht, der Computer ist kein »Fremder« mehr für Sie. Wenn nur die Daten immer da wären, wo Sie es sich wünschen! Dateien »verschwinden« und sind unauffindbar? Sie verstehen Ihre eigenen Benennungen nicht mehr? Dann ist es Zeit, sich mit der Ordnung auf dem PC zu befassen:
– Dateien speichern und sinnvoll benennen
– Ordner erstellen, eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, gut benennen
– Arbeiten mit dem Explorer
– Speichermedien: Disketten, CD, USB-Sticks

D53510A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 11.9.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53510B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 29.10.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

D53510C 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 20.11.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53510A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 12.2.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53510B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 8.4.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 3:
Texte bearbeiten mit Word
– Das Word-Anwendungsfenster: Aufbau und Handhabung
– Texteingabe und Korrektur
– Grundlegende Formatierungen (Zeichen, Absatz, Schrift u.ä.)
– Markieren, Kopieren und Verschieben von Text
– Dokumente speichern und drucken
– Rechtschreibungs- und Grammatikprüfung
– Hilfefunktion von Word
– Tabulatoren
– Nummerierungs- und Aufzählungszeichen

D53515A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 25.9.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53515B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 12.11.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53515A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 14.1.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53515B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 21.5.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53515C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 22.4.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 4:
Erste Schritte im Internet
In diesem Baustein lernen Sie alles rund ums Internet und seine Bedienung:
– Einen eigenen Internetzugang einrichten
– Internetseiten besuchen
– Eine eigene kostenlose E-Mail-Adresse einrichten
– E-Mails schreiben, versenden und erhalten
– Suchen und Finden im Internet: Suchmaschine Google
– Sicherheit im Internet

Vorkenntnisse: Besuch des Bausteins 1 oder vergleichbare Kenntnisse

D53520A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 30.10.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53520B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 3.12.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53520A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 4.3.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53520B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 13.5.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53520C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 15.1.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 5: Word Spezial
In diesem Baustein können Sie Ihre Word-Kenntnisse vertiefen und spezielle Anwendungen ausprobieren:
– Gestaltete Briefe schreiben
– Mehrseitige Texte erstellen (z. B. Reisebericht, Memoiren)
– Bilder in Texte einbauen
– Visitenkarten erstellen
– Gestaltete Einladungen schreiben

Vorkenntnisse: Besuch der Bausteine 1 und 3 für Ältere oder vergleichbare Kenntnisse

D53525A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 1.10.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53525B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 5.2.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53525C 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 14.5.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 6: Internet Spezial
Im Internet gibt es viel zu entdecken! In diesem Baustein erhalten Sie einen Überblick über interessante Dinge:
– Es gibt nicht nur Google: Suchen, Finden und Nutzen von Informationen
– Einkaufen und Reisen buchen im Internet
– Ebay
– Facebook und Co, YouTube, Blogs und Kontaktbörsen
– Chat

Vorkenntnisse: Besuch der Bausteine 1 und 4 für Ältere oder vergleichbare Kenntnisse

D53530A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 5.11.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53530B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 28.1.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53530C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 28.5.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 7:
Digital fotografieren und danach?
In diesem Baustein lernen Sie den professionellen Umgang mit Ihren selbstgeknipsten Fotos:
– Bilder auf den PC übertragen
– Bilder auf dem PC in ein selbst erstelltes Ablagesystem einordnen
– Bilder bearbeiten (mit einem kostenlosen Programm)
– Bilder ausdrucken
– Bilder auf CD/DVD brennen (zum Sichern, Weitergeben, Abspielen auf dem DVD-Player)
– Bilder für Versand per E-Mail verkleinern
– Ein Fotobuch erstellen und dieses und Fotos im Internet bestellen

Der Kurs vermittelt das Wissen anhand praktischer Übungen. Voraussetzung: Besuch des Bausteins 1 oder vergleichbare Kenntnisse

D53700A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 10.9.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

D53700B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 27.11.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53700A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 26.2.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53700B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 8.4.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53700C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 10.6.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Beruf und Karriere

Grafik/Layout/Bildbearbeitung

Adobe Indesign
für Profis

Sie sind InDesign-Praktiker und mit dem grundsätzlichen Umgang mit InDesign vertraut? Sie möchten Ihr Wissen über InDesign erweitern und praxisorientierte Fragen zum Handling und zum Workflow abklären? Das Seminar richtet sich an Teilnehmer, die bereits über Grundkenntnisse verfügen und Adobe Indesign effektiver und über das Grundwissen hinaus nutzen möchten. Weiterführende Techniken ermöglichen den sicheren Umgang mit Dokumenten und erleichtern das Layouten durch zusätzliche Hilfsmittel. Wenn Sie möchten, können Sie Beispiele Ihrer bisherigen InDesign-Arbeiten mitbringen. Wir beantworten Ihre Fragen dazu und überlegen gemeinsam, ob und wie man Dinge daraus besser oder einfacher umsetzen kann.

– Vertiefung des Grundwissens
– Fragen aus der Praxis der Teilnehmer aufarbeiten
– Hochwertiger Satz in InDesign
– Arbeiten mit Zeichenformaten, Absatzformaten, verschachtelten Formaten und Objektstilen
– Erweiterter Import von Officedokumenten
– Fortgeschrittener Tabellensatz
– Transparenzen und Effekte
– Erstellung von Index und Inhaltsverzeichnis
– Buchfunktion in InDesign
– Lebende Kolumnentitel
– Verankerte Bildrahmen
– Die Prepressfunktionen von InDesign, Ausgabevorschau, Druckmanager
– Tipps und Tricks

Frau Krauß ist Adobe Certified Expert. Herr Moeres ist Adobe Certified Expert and Instructor.
Den gültigen Ablaufplan für den Bildungsurlaub erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D54030 28,00 Ustd. 320,– €
7 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Gerhild Krauß

E54030BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche, ab 4.2.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gerard Moeres

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop
Grundlagen

Adobe Photoshop ist ein Programm für die professionelle digitale Bildbearbeitung. Sie lernen in diesem Kurs theoretisches Hintergrundwissen rund um die Bildbearbeitung und den Druck sowie den praktischen Umgang mit Adobe Photoshop.

– Scannen von Bildern
– Erstellen von Auswahlen
– Freistellen von Objekten
– Bildkorrekturen
– Retuschieren von Bildern
– Einfaches Arbeiten mit Ebenen
– Was bedeutet welches Dateiformat?
– Welche Auflösung für welchen Zweck?
– Warum sehen die Farben im Druck anders aus als auf dem Bildschirm?
– Was unterscheidet den professionellen Vierfarbdruck vom Druck auf dem eigenen Drucker?
– Wie unterscheiden sich die Angaben lpi und dpi?

Vorkenntnisse: Fundierte Windowskenntnisse!
Herr Kreienbühl ist Lithograf und Fotodesigner. Herr Moeres ist Adobe Certified Expert and Instructor.
Den gültigen Ablaufplan für den Bildungsurlaub erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D54050 28,00 Ustd. 320,– €
7 Abende, ab 28.8.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Rolf Kreienbühl

D54050BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche ab 8.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gerard Moeres

E54055BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 14.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gerard Moeres

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop
Aufbau

In diesem Aufbauseminar werden bekannte Funktionen vertieft und neue Arbeitstechniken aufgezeigt. Von der fortgeschrittenen Bildbearbeitung bis hin zum Umgang mit dem integrierten Programm ImageReady in Kombination mit erweiterten Photoshop Funktionen zur Erstellung von Web-Grafiken.

– Erweitertes Textwerkzeug
– Unterstützung von Vektorformen
– Erweitertes Arbeiten mit Ebenen
– Ebenenorganisation
– Einsatz von Ebeneneffekten
– Fortgeschrittene Freistellungsfunktionen

Vorkenntnisse: Besuch des Kurses »Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop-Grundlagen« oder vergleichbare Photoshop-Kenntnisse
Herr Kreienbühl ist Lithograf und Fotodesigner. Herr Moeres ist Adobe Certified Expert and Instructor.
Den gültigen Ablaufplan für den Bildungsurlaub erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D54060 28,00 Ustd. 320,– €
7 Abende, ab 30.10.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Rolf Kreienbühl

D54065BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche ab 12.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gerard Moeres

Digitales Foto – was nun?

Sie besitzen einen digitalen Fotoapparat oder sind kurz vor dem Kauf und wollen die enormen Vorteile dieser neuen Technik optimal nutzen? Hier lernen Sie die wichtigsten Grundlagen zur digitalen Fotografie. Begrifflichkeiten werden geklärt und an praktischen Beispielen ausprobiert.

– Welche Auflösung soll ich für meine Fotos nutzen?
– Was hat die zusätzliche Qualitätseinstellung für eine Auswirkung?
– Warum werden viele Bilder unscharf oder zu dunkel?
– Was ändert sich, wenn ich Blende oder Verschlusszeit verändere?
– Wie bekomme ich meine Bilder vom Fotoapparat in den Rechner?
– Wie kann ich meine Bilder anschauen und sortieren?
– Welche Möglichkeiten der Weiterverarbeitung habe ich?
– Fotos bearbeiten, korrigieren, verändern und archivieren.
– Techniken zur Aufwertung alter Fotos

Bitte bringen Sie Ihren Fotoapparat und seine Bedienungsanleitung mit, damit wir einige Dinge direkt gemeinsam ausprobieren können.
Vorkenntnisse: Fundierte Windowskenntnisse

D54070 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Peter Schwägerl

Schön!
Beautyretusche mit Photoshop

Haben Sie auch schon einmal versucht, Portraitfotos mit Photoshop nachzubearbeiten und hinterher sah das Gesicht wie getüncht aus? Haare bearbeitet und es sah einfach nur schrecklich aus? Beautyretuschen erfordern Feingefühl und Können im Umgang mit Photoshop. Aufbauend auf den Programmkenntnissen lernen Sie in diesem Workshop gezielt, Gesichter natürlich zu bearbeiten, Haare freizustellen und unliebsame Objekte aus dem Fotohintergrund zu tilgen. Wir fotografieren im Fotostudio (Modell oder eigene Portraits) und beschäftigen uns auch mit Fragen der Beleuchtung. Danach steht die Retusche im Mittelpunkt. Bitte bringen Sie Ihre eigene Kamera mit. Bitte bringen Sie eigene Fotobeispiele (auf USB-Stick oder CD) und/oder Ihre Digitalkamera mit.
Dies ist ein Vertiefungsworkshop und kein Einführungskurs in Photoshop, Grundlagenkenntnisse in Photoshop entsprechend des Grundlagen- Kurses sind unabdingbar!

D54075 15,00 Ustd. 185,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Gerard Moeres

Adobe Illustrator

Illustrator ist ein professionelles Zeichenprogramm für Grafiker im Druckgewerbe, für Designer von Multimedia-Grafiken und für Künstler, die Webgrafiken und Online-Inhalte gestalten. Mit Hilfe von Paletten, Filtern und Zeichenwerkzeugen lassen sich hochwertige Vektorgrafiken erzeugen. Weitere Stärken sind die umfangreichen typografischen Möglichkeiten. Als echter Allrounder unterstützt das Programm die gängigen Fachprogramme und hat viele Exportmöglichkeiten.

– Pfade zeichnen und editieren
– Textbearbeitung und Typographie
– Farben definieren und editieren
– Objektgestaltung
– Formen und Farben angleichen
– Farbverläufe, Muster und Transparenzen
– Verwendung von Ebenen
– Effekte
– Diagramme

Vorkenntnisse: fundierte Windowskenntnisse
Frau Krauß ist Adobe Certified Expert.

D54120 28,00 Ustd. 320,– €
7 Abende, ab 26.9.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Gerhild Krauß

Adobe Illustrator

für Fortgeschrittene

Dieser Kurs vertieft die Inhalte des Grundlagenkurses und widmet sich speziellen Problemstellungen, die bei der professionellen Verwebdung von Illustrator aufgeworfen werden.

– Deckkraftmasken
– Diagramme
– Ebenen
– Nachzeichnen
– Verlaufsgitter
– 3D
– Muster erstellen
– Farben
– Interaktive Farbe
– Formen, Effekte

Frau Krauß ist Adobe Certified Expert.

D54130 14,00 Ustd. 180,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:30 – 21:30 Uhr
Sa, 8.12.2012, 9:00 – 17:30 Uhr
Gerhild Krauß

AutoCAD

AutoCAD

Grundlagen

Eine Grundlagen-Schulung für Einsteiger und Umsteiger: An sehr einfachen Beispielen werden die Funktionen und Befehle von AutoCAD leicht verständlich erklärt. Die Beispiele sind praxisnah und führen schnell zu einer sicheren Bedienung des Programms.

– Programmbedienung (Menüs und Werkzeuge)
– Befehle und Funktionen (Zeichen- und Änderungsbefehle)
– Bemaßung, Beschriftung (Textstile und Layer)
– Datenausgabe und Datenverwaltung (Drucken und Speichern)

Vorkenntnisse: Fundierte PC-Kenntnisse
Den gültigen Ablaufplan für den Bildungsurlaub erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D54210 32,00 Ustd. 320,– €
8 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 18:30 – 21:30 Uhr
Odalf Rose

D54210BU 40,00 Ustd. 395,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 26.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Odalf Rose

AutoCAD

Aufbau

Ein weiterführendes Training zu Funktionen, Befehlen und dem Zusammenwirken der grundlegenden Techniken des professionellen AutoCAD:

– Fortgeschrittenes Editieren von Zeichnungen
– Erweiterte Bemaßungstechniken
– Anpassung der Arbeitsumgebung
– Komplexer Einsatz von Blöcken und Attributen einer Konstruktionszeichnung

Vorkenntnisse: Besuch des Kurses AutoCAD-Grundlagen oder vergleichbare Kenntnisse

E54220 32,00 Ustd. 320,– €
8 Abende, ab 21.1.2013
Mo, 18:30 – 21:30 Uhr
Odalf Rose

Webdesign/Internet

Was macht mein Kind im Internet?

Computerspiele und Fernsehen statt Sport und Spielen? SMS, Chatten und Email als einzige Kommunikation? You-Tube und Facebook als Ersatz für echte Freunde?
Sind unsere Kinder in Gefahr, machen die Medien und neuen Errungenschaften der Technik sie süchtig oder verstehen wir nur ihre Welt nicht mehr?
Den richtigen Umgang mit den Medien zu erlernen ist die Herausforderung der Gegenwart und der Zukunft, Aufgabe der Eltern ist es, die Kinder dabei zu unterstützen. Viele Eltern haben keine Ahnung mehr, wie ihr Nachwuchs kommuniziert und erfährt nur über Dritte, welcher Missbrauch oft getrieben wird. Nicht zu wissen, womit sich die Kinder eigentlich beschäftigen, schürt Unbehagen und führt zu Missverständnissen und Streit mit den Kindern.
In diesem Kurs lernen Sie Kommunikations- und andere Möglichkeiten des Internet kennen, um mit ihren Kindern auf Augenhöhe zu bleiben, und werden auf die damit verbundenen Problematiken und Schutzmöglichkeiten hingewiesen. Sie lernen Regeln zur sicheren Nutzung des Internets kennen und erfahren, wo Sie Grenzen setzen sollten.
Die Referentin ist langjährige EDV-Dozentin und Mutter von vier Kindern.

D54405 8,00 Ustd. 75,– €
2 Abende, ab 29.11.2012
Do, 18:00 – 21:00 Uhr
Dr. Ulrike Kaiser

Erstellen einer Homepage

Stellen Sie Ihre Visitenkarte ins Internet. Gestalten Sie eine einfache Startseite mit Hilfe von kostenlos im Netz verfügbaren Programmen. Der Kurs wendet sich an alle, die noch keine hohen Ansprüche an die Webgestaltung haben oder einfach an diejenigen, die einen flüchtigen Blick hinter die Kulissen der Webgestaltung werfen wollen.

– Kurzeinführung HTML (ganz ohne geht es nicht).
– Gestalten einer Startseite – mit Verknüpfungen zu anderen Seiten und mit Bildern
– Tipps und Kniffe für Abwechslung auf ihren Seiten
– Nutzen von kostenlos im Internet verfügbaren Tools
– Auswahl eines Providers
– Hochladen der Seite ins Internet

Es ist viel Zeit für Ihre individuellen Fragen eingeplant. Wenn Sie Lust haben, bringen Sie eine Skizze einer von Ihnen geplanten Homepage zum Kursbeginn mit – wir werden versuchen, Ihre Ideen umzusetzen.
Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmer, die im Augenblick noch keine höheren Ansprüche haben, sondern einfach nur im Internet präsent sein wollen mit einer angenehm anzuschauenden Webseite.
Teilnahmevoraussetzungen: Texte am Computer bearbeiten – Löschen, Kopieren, Ausschneiden und Verschieben von Texten und Ordnern – und Spaß am Internet.

D54410 15,00 Ustd. 160,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Hartmut Balke

(X)HTML1.0, HTML 5 und CSS3 für die Gestaltung einer Webseite

Grundlagen

In diesem Kurs erwerben Sie Kenntnisse über die grundlegende Struktur einer Webseite. Ganz nebenbei lernen Sie etliche wichtige HTML-Befehle kennen, um z.B. Tabellen, Hyperlinks oder Bilder in den Webseiten unterzubringen. Keine Angst: umfangreiche Nachschlagemöglichkeiten im Internet erübrigen das Auswendiglernen von Befehlen, nicht aber das Ausprobieren. In HTML 5, das sich generell noch in der Entwurfsphase befindet, finden sich einige heute schon nutzbare Befehlserweiterungen, die die gestalterischen Möglichkeiten deutlich ausdehnen. Die Gestaltung der Webseite wird heutzutage zu großen Teilen über Cascading Style Sheets gesteuert (CSS). Im Kurs wird überwiegend Freeware eingesetzt, also Programme, die Sie kostenlos auch zu Hause benutzen können.

– Seitenstruktur der Webseite
– Einfügen von Hyperlinks und Bildern
– Zusammenspiel CSS und HTML
– Tabellen und Listen
– Gestaltungsbeispiele

Vorkenntnisse: Sicherer Umgang mit einem Textverarbeitungsprogramm und dem PC.

D54420 15,00 Ustd. 160,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Hartmut Balke

(X)HTML1.0, HTML 5 und CSS3 für die Gestaltung einer Webseite

Aufbau

In diesem Kurs erwerben Sie Kenntnisse über die grundlegende Struktur einer Webseite. Ganz nebenbei lernen Sie etliche wichtige HTML-Befehle kennen, um z.B. Tabellen, Hyperlinks oder Bilder in den Webseiten unterzubringen. Keine Angst: umfangreiche Nachschlagemöglichkeiten im Internet erübrigen das Auswendiglernen von Befehlen, nicht aber das Ausprobieren. HTML 5 wird zur Zeit entwickelt, dennoch gibt es heute schon in allen Browsern nutzbare Erweiterungen, die die Möglichkeiten der Webgestaltung deutlich ausdehnen.
Die Gestaltung der Webseite wird heutzutage zu großen Teilen über Cascading Style Sheets gesteuert (CSS). CSS3 ist noch in der Entwurfsphase, aber zu Teilen heute schon nutzbar. Neue Befehle zur typografischen Gestaltung und zur Erstellung grafischer Objekte, soweit nutzbar, werden Sie anwenden.
Sie vertiefen Ihre Kenntnisse aus dem Grundkurs:
- Erweiterung der CSS – und HTML-Kenntnisse
- Gestaltung von Navigationsleisten
- Interaktive Formulare
- Kontrolle der Eingaben in Formularen mit Javascript (nur ein ganz kleiner Abriss)
- Tipps und Tricks für besondere Effekte

Vorkenntnisse: Besuch des Grundlagenkurses (X)HTML 1.0, HTML 5 und CSS3 oder vergleichbare Kenntnisse.

D54430 15,00 Ustd. 160,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Hartmut Balke

Adobe® Flash-Animationen und Videos im Internet

Mit Flash erzeugen Sie Animationen, stellen Videos ins Internet oder erzeugen komplexe Anwendungen (Rich Internet Applications). Animationen im Internet oder Videos auf der eigenen Webseite – immer mehr Seiten machen auf sich mit diesen Eigenschaften aufmerksam und heben sich von anderen Seiten ab.
Dank der grafischen Entwicklungsumgebung gelingt es recht schnell, eigene Ideen zu verwirklichen
- Mal- und Zeichenwerkzeuge in Flash
- Erstellen von einfachen und komplexen Animationen mit Form- und Bewegungstweenings
- Einsatz 3D-Effekte und Bone-Werkzeug
- Pfade und Pfadanimationen
- Texte und Textwerkzeuge
- Arbeiten mit Ebenen
- einfache Animationssteuerung mit Actionsscript 3.0, der in Flash eingebauten Scriptsprache.

Vorkenntnisse: Besuch des PC-Grundlagenkurses oder vergleichbarer sicherer Umgang mit dem Computer.

D54440 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden ab 16.11.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:30 Uhr
Hartmut Balke

Internetseiten erstellen mit Wordpress

(Bildungsurlaub)

Mit Hilfe von Wordpress können Sie einfach und schnell eine Webseite erstellen. Sie erfahren in dem Seminar, wie Sie das System lokal und im Internet installieren, Sie gestalten das Aussehen Ihrer Wordpress-Webseite, fügen Texte, Bilder, Videos ein, und lernen erweiternde »Plugins« kennen. Sie erhalten Tipps für das Bekanntmachen der Webseite.
Bestandteil des Seminars sind die Themen Datenschutz und Datensicherheit, sowie die mit der Veröffentlichung einer Webseite verbundenen rechtlichen Aspekte.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

E54480BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche ab 25.2.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Barbara Funke

Webauftritt mit Adobe Dreamweaver® und Adobe Fireworks®

Dreamweaver ist unbestritten das derzeit beste Programm zur schnellen Entwicklung von umfangreichen Webauftritten sowohl für den Designer als auch für den Webprogrammierer – als Einzelentwickler oder im Team. Umfangreiche Unterstützung für AJAX(asynchronous javascript und XML), PHP, ASP, Datenbankanbindung und vieles mehr erlauben auch dem weniger Versierten die Gestaltung anspruchsvoller Webanwendungen. Die Programmbedienung ist allerdings nicht trivial und erfordert wahrscheinlich deutlich mehr Einarbeitungsaufwand als eine Textverarbeitung. Die Bildbearbeitungsprogramme werden nur insoweit genutzt als dies für die Belange der Seitengestaltung erforderlich ist.
- Erste Schritte – Programmeinstellungen
- Erstellen einer Startseite mit HTML und CSS. Dabei lernen Sie die Bedienelemente kennen.
- Einbinden von Bildern und anderen Elementen
- Verlinkungen
- Validierung der fertigen Seite
- Arbeiten mit Templates für umfangreiche Webprojekte.
- Zusammenspiel von Dreamweaver, Fireworks und Photoshop anhand von Beispielen
- Einbinden eines Flash-Films in die Webseite.
- Einfügen von AJAX-Elementen.
- Einrichten einer Datenbankanbindung anhand von PHP und Mysql.

Teilnahmevoraussetzungen: grundlegende Kenntnisse in HTML und CSS.

E54450 30,00 Ustd. 160,– €
2 Wochenenden, ab 18.1.2013
Fr + Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Hartmut Balke

Internet Portal und Content Managementsystem mit Joomla

Sie erhalten in diesem Seminar Hintergrundinformationen rund um kostenlos verfügbare Open Source Programme und Content Management-Systeme. Sie erfahren, wie Sie einen Internet-Auftrittt entwerfen und planen können, Sie installieren das Content-Management System Joomla und richten es für Ihre Inhalte ein.
- Planung eines Projekts: Zieldefinition und Realisierungsplanung
- Open Source, Urheber-Patentrecht und Lizenz
- Vorstellung Joomla, Funktionsumfang
- Technischer Hintergrund: Betriebssystem, Server, Datenbank, Programmierung dynamischer Webseiten
- Programm-Code: PHP, HTML, Cascading Style Sheets
- Cookies, Session-ID, Wiedererkennung von Benutzern
- Webspace mit PHP und MySql-Datenbank, Download und Installation
- Anpassung von Layout und Design
- Anpassung von Formulierungen
- Erstellen von Menüs
- Datenschutz und –sicherheit
- Suchmaschinen
- Schnelligkeit
- News und Redaktionssystem, Blogs
- FAQs, statischer Inhalt
- Zusatzmodule, Fotogalerien
- verantwortlicher Umgang mit Benutzerdaten, Offenlegung
- Zugriffsstatistiken

Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D54470BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche ab 3.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Barbara Funke

Content Management mit Drupal

Drupal gehört mit Wordpress , Joomla und Typo3 zu den häufig verwendeten
kostenlosen »open source« Content-Management-Systemen. Drupal erlaubt die Erstellung von Webauftritten für eine große Zahl von Anwendern. Das Kern-Modul von Drupal kann als einfache Webseite verwendet werden, als Forum und für eine

Gruppe, bei der die Benutzer eigene Blogs anlegen und selbst Inhalte erzeugen. Beispiele für den Einsatz von Drupal reichen vom persönlichen Webtagebuch über Firmen- und Zeitschriftenseiten bis zum Webauftritt des Weißen Hauses in Washington.
In diesem Seminar installieren Sie das Kern-Modul von Drupal. Sie lernen die grundlegenden Module kennen für Text- und Bildbearbeitung , für die Benutzerverwaltung und für die Vergabe von Kategorien. Sie erfahren, wie Sie Layout-Vorlagen ändern und erhalten einen Überblick über die verfügbaren weiteren Module. Datenschutz und Datensicherheit sind zusätzliche Themen.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
E54480BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub,
1 Woche ab 21.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Barbara Funke

Datenbanken

MS SQL-Server
Einführung in die Entwicklung und Administration moderner Datenbanksysteme
Der MS SQL-Server ist ein leistungsstarkes relationales Datenbank-Management-System für verteilte Client-Server-Datenverarbeitung. Gegenüber PC Datenbanken wie Access bieten serverbasierte Datenbanken eine verbesserte Funktionalität und Datensicherheit und eignen sich für sehr große Datenbestände.
– Installation und Konfiguration
– Benutzerverwaltung
– Backup und Restore
– Datenmanipulation und Datenauswertung mit SQL
– Variablen und Kontrollstrukturen
– gespeicherte Prozeduren und Trigger
Vorkenntnisse: Grundlegende Kenntnisse im Umgang mit einem Datenbanksystem wie z.B. Access
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
D55010BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub:
1 Woche ab 5.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eberhard Kaefer

Oracle Datenbankadministration und Entwicklung
Der Kurs bietet eine Einführung in das Datenbankmanagementsystem Oracle und die Abfragesprache SQL:
– Systemarchitektur einer Oracle-Datenbank
– Planen und Erstellen einer Datenbank
– Oracle Netzwerkkonfiguration
– System- und Objektprivilegien/ Sicherheitskonzepte
– Import und Export von Daten
– Backup und Restore
– Arbeiten mit SQL und PL/SQL
– Datentypen und Kontrollstrukturen
Vorkenntnisse: Kenntnisse einer PC Datenbank wie z.B. Access.
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.
D55020BU 40,00 Ustd. 380,– €
1 Woche, ab 26.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eberhard Kaefer

Programmieren

Programmieren in C/C++
Grundlagen
Die Programmiersprache C eignet sich hervorragend als Einstieg in die am meisten verbreiteten modernen Sprachen (z.B. C++ , Java, C#, usw.). Entscheidende Vorteile sind der geringe Umfang an Sprachelementen, die schnelle Laufzeit, Unterstützung modularer Programme, sowie die gute Portabilität. Mit vielen einfachen Beispielen bringen wir Ihnen die Syntax der Sprache C nahe.
– Strukturierung des Quellcodes und die Einhaltung der bestehenden Standards
– Datentypen
– Kontrollstrukturen
– Ein-Ausgaben
– Operatoren
– Funktionen
– Modularität
Vorkenntnisse: Erste Programmierkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich.
D55220 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden, ab 2.11.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Ralf Rhode

Programmieren mit C++
Aufbau
C++ ist eine solide Basis für konsequente und saubere Programmierung. Die Objektorientierung bietet breiten Raum für elegantes Softwaredesign. Vererbungshierarchien fördern die Wiederverwendbarkeit von Codefragmenten oder gar ganzen Programmen. Erst mit objektorientierten Sprachen wie C++ wurden Programme wirklich wartbar und administrierbar.
Dieser Kurs bietet Ihnen die ganze Palette, angefangen von der Objektorientierung bis hin zu Designfragen. Viele praxisbezogene Beispiele runden den Kurs ab.
Vorkenntnisse: Besuch des Kurses Programmieren mit C/C++ – Grundlagen(siehe oben) bzw. Grundkenntnisse einer höheren Programmiersprache!
D55230 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden, ab 16.11.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Ralf Rhode

Programmieren mit PHP
Mit Hilfe eines HTML-Editors statische Webseiten mit ein paar Bildern und Frames zu erstellen, ist heutzutage ziemlich einfach. Um aber dynamische Seiten mit Datenbank-Anbindung zu realisieren, benötigt man eine starke Technologie, die zuverlässig, sicher und strukturiert ist. Diese Technologie bietet PHP. PHP (PHP Hypertext Preprocessor) ist eine sehr beliebte, quell-offene Programmiersprache für Internet-Anwendungen, die den kompletten objektorientierten Ansatz unterstützt.
– Überblick über wichtige Features der Programmiersprache PHP
– HTML Formulare
– Das relationale Datenbanksystem MySQL
– Kurze Einführung in SQL
Vorkenntnisse: Gute Kenntnisse in HTML und Grundlagen der Programmierung (siehe oben z.B. Kurs »Programmieren mit C/C++ «)
E55240 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden, ab 18.1.2013
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Said Hasan Hashemi

Programmieren mit Java
Grundlagen
Java ist eine einfache, objektorientierte, sichere, architekturunabhängige und sehr leistungsstarke Programmiersprache. In diesem Kurs lernen Sie die wesentlichen Grundlagen von Java kennen und anwenden:
1. Syntax von Java
– Die Installation und die Werkzeuge des JDK
– Der Aufbau von Java-Applikationen
– Primitive Datentypen
– Binäre, logische und arithmetische Operationen
– Kontrollanweisungen
2. Objektorientierte Programmierung
– Basisklassen, abgeleitete Klassen, finale Klassen
– Abstrakte Klassen und Interfaces
– Pakete und der Import von Klassen
– Ausnahmebehandlung
– Generics
3. Java Plattform
(wichtige Java-Klassen und Frameworks)
– Wrapperklassen
– Strings, StringBuffer
– Klassen zur Objektverwaltung
– Ein-/ Ausgabebausteine
Vorkenntnisse: Grundlagen der Programmierung. C oder C++ -Kenntnisse sind sinnvoll
D55250 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden, ab 28.9.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Said Hasan Hashemi

Programmieren mit Java
Aufbau
Aufbauend auf den Grundlagenkurs werden folgende Themen behandelt:
– Parallele Programmierung in Java
– Netzwerkprogrammierung
– Verteilte Verarbeitung in Java (remote method invocation)
– Java Servlets
– Java Database Connectivity
– eine kurze Einführung in Enterprise Java Beans
Vorkenntnisse: Besuch des Kurses Java-Grundlagen (siehe oben) oder vergleichbare Fortgeschrittenen-Kenntnisse
D55260 30,00 Ustd. 320,– €
2 Wochenenden, ab 16.11.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Said Hasan Hashemi

Beruf und Karriere

Programmieren, ITIL Servicemanagement

Programmieren mit Visual Basic

Visual Basic von Microsoft ist eine weit verbreitete Programmiersprache mit der sich eigenständige Windowsanwendungen programmieren lassen. Der Kurs bietet eine Einführung in die Programmierung.
– Visual Basic und .NET
– Grundlegende Sprachstrukturen
– Kontrollstrukturen und Schleifen
– Prozeduren und Funktionen
– Fehlerbehandlung
– objektorientierte Programmierung
Den gültigen Ablaufplan erhalten Sie bei Bedarf im Fachbereich Beruf oder in der Geschäftsstelle.

D55270 30,00 Ustd. 350,– €
2 Wochenenden ab 7.12.2012
Fr, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Eberhard Kaefer

IT-Servicemanagement

Einführung in IT-Servicemanagement

ITIL ist ein Hilfsmittel, das IT-Serviceorganisationen ein auf Best Practices (also Erfahrungswerten erfolgreicherOrganisationen) basierendes prototypisches Lebenszyklusmodell zur Strukturierung der eigenen IT-Servicemanagement-Infrastruktur an die Hand gibt. Im Rahmen dieses Bildungsurlaubs erhalten Sie ein Verständnis der ITIL zugrundeliegenden Ideen und der fünf Kernpublikationen:
– Service Strategy
– Service Design
– Service Transition
– Service Operation
– Continual Service Improvement
das Sie in die Lage versetzt, zu bewerten, welche Bestandteile von ITIL für ihr Unternehmen/ihre Kunden nutzbringend sein können. Der Kurs soll zudem den Grundstein für eine erfolgreiche Zertifikatsprüfung »ITIL-Foundation« legen und wird daher viele Möglichkeiten zum Üben bieten. Ein zusätzlicher Schwerpunkt im Rahmen des Service-Designs wird eine Auseinandersetzung/Einführung in Fragen rund um Datenschutz und Datensicherheit sein.

D55300BU 40,00 Ustd. 380,– €
Bildungsurlaub:
1 Woche ab 24.9.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Christian Weber

Bildung für alle!

Barrierefrei!

Die Häuser A,B und C der vhs im Europaviertel sind weitgehend barrierefrei gestaltet, so dass auch Menschen mit Behinderungen an den Veranstaltungen teilnehmen können. Die Villa Schnitzler ist ebenfalls seit Anfang des Jahres 2011 weitgehend barrierefrei. Spezielle Veranstaltungen für Menschen mit Behinderungen, an denen selbstverständlich auch Menschen ohne Behinderungen willkommen sind, bietet die Behindertenseelsorge im Ev. Dekanat Wiesbaden, Schwalbacher Straße 6 65185 Wiesbaden, Telefon (06 11) 1 40 90 E-Mail: behindertenseelsorge.wi@ekhn-net.de
Kontaktperson: Pfarrer Rolf Haller
Weitere Informationen über Barrierefreiheit bietet www.wiesbaden-barrierefrei.de

Sprachtraining an der vhs

In der Sprachenabteilung der vhs finden Sie eine Vielzahl von Angeboten zum Sprachenlernen für Erwachsene. Lebensnahe Lerninhalte werden Ihnen effektiv und praxisbezogen vermittelt. Uns ist es wichtig, dass Sie das Gelernte sofort anwenden können. Durch Professionalität, ständige Fortbildung und ganzheitliche Unterrichtsmethoden sichern wir Ihren Lernerfolg.

Lebenslanges Lernen ist heute wichtiger denn je! Die ständige Erweiterung der Sprachkompetenz für den Alltag und auch besonders für den Beruf ist heute unerlässlich. Wir unterstützen Sie bei Ihrer persönlichen (Sprach-)Karriereplanung und freuen uns, wenn Sie das Angebot der persönlichen Sprachberatung nutzen (siehe nächste Seite). Erfahrene SprachberaterInnen stellen Ihnen Ihren persönlichen Lernweg zusammen und begleiten Sie auch gerne dabei. Bitte beachten Sie auch unsere einwöchigen Intensivtrainings (als Bildungsurlaub anerkannt)!

Sie brauchen **Nachweise für Ihre Bewerbung?** Gerne, Sie können für alle Kurse und Seminare Teilnahmebescheinigungen bekommen. In vielen Sprachen können Sie bei uns auch eine Prüfung ablegen. Unsere **Sprachprüfungen** sind international anerkannt und finden regelmäßig statt. Auch dazu finden Sie auf den nächsten Seiten alle Informationen. Unsere SprachberaterInnen stehen Ihnen dabei gerne für Information und Beratung zur Verfügung.

Je früher Kinder beginnen, auch außerhalb des Schulunterrichts eine Sprache zu lernen, desto leichter erreichen Sie den gewünschten Erfolg. Schauen Sie doch einmal in den Programmbereich »Junge vhs«!

Die Volkshochschule Wiesbaden ist anerkannter Träger von **Integrationskursen** nach dem Zuwanderungsgesetz. Auf den folgenden Seiten finden Sie ein umfangreiches Angebot an Integrationskursen. Nähere Informationen dazu erhalten Sie in der Sprachberatung.

Darüber hinaus bieten wir den MitbürgerInnen, die noch nicht oder nur sehr schlecht lesen und schreiben können, **Grundbildungskurse** an, die Ihnen ermöglichen, diese Fähigkeit zu erlernen.

Sie möchten Ihre Stimmführung verbessern, den Dialekt etwas »vermindern«, suchen ein **Kommunikations- oder Präsentationstraining für Ihren Beruf,** dann finden Sie in den Bereichen Deutsch, **»Weiterbildung und Lehrkräftequalifizierung Sprachen«** und im Fachbereich Beruf und Karriere eine große Auswahl an Angeboten.

Und wenn Sie für Ihren persönlichen Bedarf kein Angebot finden, dann »schneidern« wir Ihnen gerne Ihr persönliches **Individualtraining.** Fragen Sie uns!

Firmenseminare
Die vhs Wiesbaden e.V. ist seit vielen Jahren eine erfahrene Anbieterin von firmeninternen Sprachseminaren. Die Seminare werden direkt auf Ihre speziellen Bedürfnisse zugeschnitten, d.h., Sie bestimmen Seminarinhalte, Gruppengrößen und Seminarzeiten.
Ihr Ansprechpartner: Herr Harald Schott
Telefon (06 11) 98 89-134/135
E-Mail: hschott@vhs-wiesbaden.de

Harald Schott
Stellvertretender Direktor,
Fachbereichsleiter Sprachen
Zi. A-312
E-Mail: hschott@vhs-wiesbaden.de

Anja Caroline Weber
Fachbereichsleiterin Sprachen
Zi. A-310
E-Mail: acweber@vhs-wiesbaden.de

Sprachen, Kommunikation

Sprachen
Hinweise

Inhalt

Sprachen

Altgriechisch	112
Arabisch	112
Bosnisch	116
Bulgarisch	112
Chinesisch	113
Dänisch	113
Deutsch als Muttersprache	94
Deutsch als Fremdsprache/Zweitsprache, Integrationskurse	95
Englisch	100
Finnisch	114
Französisch	104
Griechisch	114
Hebräisch	114
Isländisch	115
Italienisch	107
Japanisch	115
Koreanisch	115
Kroatisch	116
Latein	116
Niederländisch	116
Persisch	117
Polnisch	117
Portugiesisch/Brasilianisch	117
Russisch	117
Schwedisch	117
Serbisch	116
Spanisch	109
Swahili	118
Thai	118
Tschechisch	118
Türkisch	118
Türkisch als Muttersprache	118
Ungarisch	118

Weiterbildungen und Lehrkräftequalifizierung Sprachen

Zusatzqualifizierungen DaZ	119
Weitere Fortbildungen DaF/DaZ	119
Alphabetisierung DaZ	119
Fortbildungen sprachübergreifend	120
EUROLTA	120
EPQ	120

Weitere Angebote

Alphabetisierung	94, 95
Einbürgerungstest	90
Firmentraining	87
Sprachprüfungen	90
Kommunikationstraining	91
Lesen und Schreiben lernen	94
Gebärdensprache	94
Bildungsurlaub Sprachen	94, 103, 106, 108, 110

Geschäftszeiten: Fachbereich Sprachen und Sprachberatung

Montag, Dienstag, Donnerstag:
15:00 bis 17:30 Uhr
Mittwoch:
9:00 bis 12:00 Uhr

Sekretariat
Zi. A-311 im 3. OG, Haus A
Telefon (06 11) 98 89-134/135

Sprachberatungsservice:
Language counselling
Lısan Danişma
Conseil d'orientation
Consejo de orientaciòn
Информация о курсах
Zi. A-315 im 3. OG, Haus A
Keine Anmeldung nötig!

Die Sprachenabteilung ist vom 24.12.2012 bis 4.1.2013 geschlossen.

Wir stehen gern zu Ihrer Verfügung

Ihr Sprachenteam

Harald Schott
Stellvertretender Direktor
Fachbereichsleiter
Telefon (06 11) 98 89 134/135
Fax (06 11) 98 89 139
E-Mail: hschott@vhs-wiesbaden.de
Zi. A-312

Beate Jung-Stöckle
Weiterbildungslehrerin,
Integrationskurse, TestDaF
Zi. A-314
Sprechzeiten:
mo, mi, do 8:30 – 12:00 Uhr
mo, di, do 16:00 – 18:00 Uhr
Telefon (06 11) 98 89 144
Fax (06 11) 98 89 139
E-Mail:
bjung-stoeckle@vhs-wiesbaden.de

Gabriele Nisius
Weiterbildungslehrerin;
DaF-Assistenz,
Geschäftsführung Tandem
Zi. A-315
Telefon (06 11) 98 89 113
Fax (06 11) 98 89 139
E-Mail: gnisius@vhs-wiesbaden.de

Michaela Maschlanka
Fachbereichsassistentin
Telefon (06 11) 98 89 134
Fax (06 11) 98 89 139
E-Mail:
mmaschlanka@vhs-wiesbaden.de

Anja Caroline Weber
Fachbereichsleiterin
Telefon (06 11) 98 89 134/135
Fax (06 11) 98 89 139
Email: acweber@vhs-wiesbaden.de
Zi. A-310

Sprachberater/innen
Michaela Brinitzer
Anne Sadeghpour
Marie-Thérèse Walz-Damidaux
Mirna Emersic
Dr. Olga Funke
Britta Weber

Karin Schneider
Fachbereichsassistentin
Telefon (06 11) 98 89 135
Fax (06 11) 98 89 139
E-Mail:
kschneider@vhs-wiesbaden.de
Zi. A-311

Sprachniveaus

nach dem »Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen«

Die Hessischen Volkshochschulen haben sich zu einem Marketingverbund zusammengeschlossen und sich dabei auf gemeinsame Standards geeinigt. Ein ganz wichtiger Standard ist der vorgenannte »Europäische Referenzrahmen zum Sprachenlernen«, der sicherstellen soll, dass Sie überall in Europa und ganz besonders in den Hessischen Volkshochschulen die gleichen Lernstandards vorfinden.

Um Ihnen eine Einschätzung Ihrer vorhandenen und der in unseren Kursen vermittelten Kenntnisse zu erleichtern, haben wir unsere Sprachkursangebote mit den entsprechenden Einstufungen (A1, A2, B1…) gekennzeichnet. Sie finden diese Kennzeichnung immer im Kurstitel.

Haben Sie Fragen dazu? Wir beraten Sie gerne!

Lernstufe		Am Ende dieser Stufe können Sie	Mögliche Prüfungen
C2	▲	gesprochene und schriftliche Sprache problemlos verstehen. Sie können sich an allen Gesprächen und Diskussionen mühelos beteiligen und sind auch mit umgangssprachlichen und idiomatischen Ausdrucksweisen sehr vertraut. Sie können die Sprache in allen privaten und beruflichen Situationen in anspruchsvollen Zusammenhängen schriftlich wie mündlich angemessen und präzise anwenden.	Deutsch Englisch
C1	▲	längeren Reden und Gesprächen mit komplizierten Zusammenhängen folgen, lange und komplexe Sach- und literarische Texte, Fachartikel und lange technische Anleitungen verstehen, auch wenn sie nicht in Beziehung zu Ihrem Spezialgebiet stehen. Sie können sich fast mühelos spontan und fließend ausdrücken, die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben und in der Ausbildung angemessen und präzise anwenden. Sie können sich schriftlich klar und präzise ausdrücken, Texte über komplexe Sachverhalte verfassen und den für den Leser angemessenen Stil wählen.	Deutsch Englisch Türkisch
B2	▲	längeren Redebeiträgen und komplexer Argumentation in der Standardsprache sowie den meisten Nachrichtensendungen folgen. Sie können sich im privaten und beruflichen Bereich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern möglich ist, und können sich an Diskussionen beteiligen. Darüber hinaus können Sie klare detaillierte Texte über eine Vielzahl von Themen schreiben, Aufsätze verfassen, persönliche und formelle Briefe schreiben und deutlich machen, was wichtig ist.	Deutsch Englisch Französisch Italienisch Russisch Schwedisch Türkisch Spanisch
B1	▲	die Hauptpunkte verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Bereiche wie Arbeit, Schule oder Freizeit geht. Sie können die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen und sich zusammenhängend zu vertrauten Themen, z.B. Familie, Hobbies und Beruf äußern. Sie können über Erfahrungen und Ereignisse berichten und Meinungen und Ansichten begründen.	Deutsch, Englisch Französisch, Italienisch, Arabisch, Portugiesisch, Russisch, Schwedisch, Spanisch, Tschechisch, Türkisch
A2	▲	Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke/Wörter verstehen, wenn es z.B. um einfache Informationen zur Person, zu Familie, Einkaufen oder Arbeit geht. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen und mit einfachen Mitteln die eigene Herkunft und Ausbildung, die direkte Umgebung und alltägliche Dinge beschreiben.	Deutsch, Englisch, Französisch, Italienisch, Russisch, Spanisch, Dänisch, Türkisch, Schwedisch
A1	▲	vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze verstehen und verwenden. Sie können sich und andere vorstellen, Fragen zu Ihrer Person stellen und Fragen hierzu beantworten. Sie können sich auf einfache Art verständigen, wenn die Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen und bereit sind zu helfen.	Deutsch Englisch Französisch Italienisch Spanisch Türkisch Russisch

Prüfungszeit – Erntezeit

Die Volkshochschule Wiesbaden ist **das** Prüfungszentrum der Region.

Sie werden auf internationale Prüfungen vorbereitet:

- Europäische Sprachenzertifikate A1, A2, B1, B2 (telc)
- Test DaF
- Goethe-Zertifikate B2, C1
- Sprachdiplom-Prüfungen Deutsch des Goethe-Institutes (C2, Wirtschaftsdeutsch)
- Cambridge-Zertifikate:
  FCE, First Certificate in English B2
  CAE, Certificate in Advanced English C1
  CPE, Certificate of Proficiency in EnglishC2
  BEC, Business English Certificate Higher C1
- SWEDEX A2/B1/B2

Außerdem führen wir durch:

- Einbürgerungstest
- Sprachstandsfeststellung A1

»Die Europäischen Sprachenzertifikate« (»telc, The European Language Certificates«) können Sie in den wichtigsten europäischen Sprachen erwerben.
Sie haben eine hohe internationale Wertigkeit, da sie in ihren Niveaustufen genau den allgemein verbindlichen Kompetenzbeschreibungen des Europarats entsprechen.

Die Skala des Europarats umfasst sechs Stufen

Kompetente Sprachverwendung	C2
(Proficient User)	C1
Selbstständige Sprachverwendung	B2
(Independent User)	B1
Elementare Sprachverwendung	A2
(Basic User)	A1

Die Zertifikatsurkunde der »Europäischen Sprachenzertifikate« verweist ausdrücklich auf das vom Europarat etablierte Stufensystem, den »Europäischen Referenzrahmen für Sprachen«, so dass Sie als Absolvent dieser Prüfungen die Gewähr dafür haben, dass Ihre Sprachkenntnisse überall in Europa anerkannt werden.
Fragen Sie Ihren Kursleiter oder in der Sprachberatung, welche Prüfungen Sie auch bereits im Anfängerbereich machen können, um sich auf dem Weg zum Zertifikat eine anerkannte Erfolgskontrolle zu verschaffen.
Die internationale Verbindlichkeit des Systems »telc, The European Language Certificates« wird dadurch sichergestellt, dass sie im Rahmen unterschiedlicher Kooperationen mit vielen Partnerorganisationen in ganz Europa angeboten werden. Zu diesem Netzwerk gehören neben den französischen Industrie- und Handelskammern auch Einrichtungen in der Schweiz, Österreich, Skandinavien, Spanien, Italien, Polen, Tschechische Republik, Ungarn und in Deutschland.

Europäische Sprachenzertifikate (telc) B1

Prüfungsgebühr: € 140,–/145,– (berufsbezogen)

	Prüfung	*Anmeldeschluss*
telc English A2/B1		
D79017	24.11.2012	11.10.2012
telc Espaniol B1		
D79015	24.11.2012	11.10.2012
telc Francais B1		
D79010	24.11.2012	11.10.2012
telc Italiano B1		
D79013	24.11.2012	11.10.2012
telc Russisch B1		
D79020	24.11.2012	11.10.2012
telc Türkisch B1		
D79021	24.11.2012	11.10.2012

A1, A2 und B2-Prüfungen sowie **andere Sprachen auf Anfrage** zu dem obigen Termin.

Cambridge-Zertifikate

Prüfungsgebühr: € 171,–

FCE, Cambridge First Certificate in English, B2

	Prüfung	*Anmeldeschluss*
D79051	08.12.2012	28.9.2012

Schwedisch-Zertifikate

Prüfungsgebühr: € 170,–

	Prüfung	*Anmeldeschluss*
Swedex A2		
D79040	24.11.2012	11.10.2012
Swedex B1		
D79041	24.11.2012	11.10.2012
Swedex B2		
D79042	24.11.2012	11.10.2012

Deutsch-Zertifikate

Europäisches Sprachenzertifikat Deutsch (telc) B1

Prüfungsgebühr: € 140,–

	Prüfung	*Anmeldeschluss*
D79022	25. 8.2012	12. 7.2012
D79023	6.10.2012	30. 8.2012
D79024	3.11.2012	20. 9.2012
D79025	1.12.2012	18.10.2012
E79022	26.01.2013	20.12.2012

A2 und DTZ-Prüfungen werden an den gleichen Terminen durchgeführt. Nähere Auskünfte dazu erhalten Sie in der Sprachenabteilung.

Goethe-Zertifikat B2

Prüfungsgebühr: € 160,–

	Prüfung	*Anmeldeschluss*
D79027	25. 8.2012	12. 7.2012
D790271	3.11.2012	20. 9.2012
E79027	26. 1.2013	20.12.2012

Goethe-Zertifikat C1

Prüfungsgebühr: € 180,–

	Prüfung	*Anmeldeschluss*
D79028	25. 8.2012	18. 7.2012
D790281	3.11.2012	20. 9.2012

Goethe-Zertifikat C2

Prüfungsgebühr: € 220,–
Nähere Informationen zur Prüfung im Kurs.

TestDaF (Lizenziertes Prufungszentrum)

Prüfungsgebühr: € 175,–
Die Anmeldung zur Prüfung nur online möglich unter www.testdaf.de.

Prüfung	*Anmeldeschluss*
13.11.2012	16.10.2012

Einbürgerungstest

Prüfungsgebühr: € 25,–

Prüfung	*Anmeldeschluss*
D79080	29. 8.2012	16. 7.2012
D79081	10.10.2012	27. 8.2012
D79082	7.11.2012	24. 9.2012
D79083	12.12.2012	29.10.2012

Wichtig: Nur persönliche Anmeldung möglich. Bitte bei der Anmeldung Pass oder Ausweis vorlegen.
Weitere Termine in Vorbereitung!

Änderungen vorbehalten!
Alle Prüfungsgebühren: Stand 4/2012

Achtung: Geschäftsbedingungen bei Sprachprüfungen
Die Prüfungsgebühr wird sofort bei Anmeldung fällig. Rücktritt vor Anmeldeschluss ist gegen Entrichtung einer Verwaltungsgebühr in Höhe von € 5,– möglich. Danach gelten bei Rücktritt die Rücktrittsbedingungen der Prüfungsorganisation (z.B. telc, Goethe-Institut, SWEDEX).

Leitung und Beratung:
Anette Groth

Professionelle Pressearbeit

Der neu gewählte Pressewart des Sportvereins, der selbstständige Handwerker auf der Suche nach Aufträgen oder der Inhaber eines kleinen Dienstleistungsunternehmens, der gerade ein neues Ladenlokal eröffnet – sie alle haben etwas gemeinsam: Sie möchten ihr Thema in die Öffentlichkeit tragen und wahrgenommen werden. Ein Bericht in der lokalen Tageszeitung wäre genau das richtige. Wo aber ansetzen und wie anfangen?
Die Veranstaltung vermittelt, wie Pressearbeit funktioniert, wie eine Redaktion arbeitet und wie man es schafft, den Kontakt zu den Journalisten herzustellen. Außerdem lernen die Teilnehmer, welche Textformen der Journalist kennt, wie sie sich unterscheiden und wie man selbst derartige Texte verfasst. Die mediale Bandbreite reicht dabei von der lokalen Zeitungen bis zur Online PR. – Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60010 12,00 Ustd. 135,– €
3 Abende, ab 7.11.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Holger Albers

Besserer Stil, mehr Erfolg

Tipps für geschäftliche Texte

Auch wenn Sie viel lieber telefonieren oder ein persönliches Gespräch führen, an vielfältigen schriftlichen Ausarbeitungen kommt im Büroalltag oder Geschäftsleben niemand vorbei: Wenn der Chef einen Bericht über das gerade abgeschlossene Projekt möchte, ein wichtiger Kunde Antwort auf eine Reklamation erwartet oder wenn Sie für die Abteilungsleitersitzung einen Vorschlag vorlegen sollen, werden Sie dies schriftlich machen müssen. Was vielen von uns im Gespräch mühelos gelingt, bereitet uns in der Schriftform große Probleme. Aber das lässt sich leicht ändern! Wenn Sie ein paar Regeln beherzigen und die Tipps in diesem Seminar anwenden, werden Ihre Texte stilistisch besser, attraktiver und lesenswerter – und Sie damit erfolgreicher. – Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60011 8,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, ab 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Holger Albers

Stilsicher und lesenswert schreiben

Tipps für Texte in Berufsleben und Alltag

In allen Lebenslagen müssen wir uns mit Texten beschäftigen: Im Büro schreiben Sie Briefe an Geschäftspartner und aktualisieren den Internetauftritt Ihrer Firma, als Schriftführer Ihres Gesangsvereins informieren Sie über die letzte Mitgliederversammlung oder Sie berichten am Wochenende in einschlägigen Internetportalen über Ihre Erfahrungen mit dem letzten Urlaubshotel. All das machen Sie mit dem Ziel gelesen und verstanden zu werden.
Sie kennen aber auch das Gefühl, wenn die Reaktionen auf Ihre Schriftstücke ganz anders ausfallen als gedacht? Überzeugen Sie mit Ihren Texten, schreiben Sie lebendig, mitreißend, überraschend. Bleiben Sie trotzdem verständlich und formulieren Sie auf den Punkt genau! Dieses Seminar vermittelt Ihnen eine neue Sicht auf Ihre täglichen Texte. Sie erlernen die wichtigsten Regeln für lesenswerte Texte – und setzen die neuen Erkenntnisse direkt in praktischen Übungen ein. Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

D60012 8,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, ab 3.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Holger Albers

Social Media Marketing

Entscheidungshilfen und Tipps zum Einstieg

Mindestens jeder vierte Deutsche hat ein eigens Profil bei Facebook, bei den jungen Menschen unter 25 ist es so gut wie jeder. Das weckt Interesse und Begehrlichkeiten – nicht nur bei großen Unternehmen. Auch Handwerker oder Dienstleistungsbetriebe fragen sich, ob Kunden und Interessenten sich damit wirklich gezielt ansprechen lassen? Können Produkte auf diesem Weg beworben werden? Und wie groß wird mein Aufwand sein, wenn ich das mache?
Dieses Seminar soll eine erste Orientierung geben, was soziale Netzwerke für kleine und mittelständische Unternehmen leisten können und vor allem, was nicht: Angefangen bei einer Übersicht über die Dienste und ihre Eigenarten über den Datenschutz bis hin zu personellem und materiellem Aufwand. Herr Albers ist Publizist und Berater für Marketing und Öffentlichkeitsarbeit:

D60013 4,00 Ustd. 45,– €
1 Abend, 25.9.2012
Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Holger Albers

Klare Kante

W5 oder die Macht der Sprache

(Bildungsurlaub)
Sprache ist verräterisch. Sie verrät uns, und sie verrät uns alles: Absichten, Positionen, Verhältnisse. Wer offene Worte zu klaren Sätzen fügt und starke Sätze zur deutlichen Botschaft, gewinnt Macht über jene, die das nicht können oder nicht so gut. Die verbale Kommunikation ist des Menschen wichtigstes Werkzeug. Es in Wort und Schrift perfekt zu beherrschen, sichert einen Vorsprung in Alltag und Beruf. Ob ein Brief an die Klassenlehrerin des Sohnes, ein Antrag bei der Gemeinde, die Reklamation bei der Hotline eines Energieversorgers, ob ein Konzept für den Arbeitgeber oder die Antwort an Kunden, ob Partyeinladung oder Kondolenzschreiben, eine launige Rede auf der Familienfeier oder auch nur ein Witz am Stammtisch, jeder sollte sich immer fragen: Was will ich von wem? Und dann klipp und klar texten. Das will gelernt sein: Wer? Was? Wann? Wie? Aber wo? Am besten bei uns.
Herr Bienfait ist Journalist, Buchautor und Redaktionstrainer bei ARD und ZDF.

D60014BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 19.11.2012
Claus Bienfait

Rhetorik für Kinder und Jugendliche

Frei reden
und überzeugend präsentieren

Nicht nur Erwachsenen, gerade auch Kindern und Jugendlichen fällt es schwer, in Schule und Öffentlichkeit selbstsicher aufzutreten und frei zu reden. Viele Kinder/Jugendliche arbeiten aufgrund ihrer Hemmungen im Unterricht nicht mit, halten schlechte Referate und/oder fertigen Hausarbeiten ungenügend an. Ziel des Seminars ist es, Strategien mit den Kindern und Jugendlichen einzuüben, die es ihnen erlauben, frei zu reden und Standpunkte überzeugend zu präsentieren. Im theoretischen Teil des Seminars erlernen die Teilnehmer/innen, wie man eine Rede/einen Standpunkt inhaltlich aufbaut. Dazu gehören Techniken wie der Dreisatz, der Fünfsatz, Einbau von W-Fragen, Gliederungsstrategien, Einwandbehandlung. Im praktischen Teil des Seminars tragen die Teilnehmer/innen dann eine kleine Rede vor. Dabei werden stimmliche und sprachliche Mittel eingeübt und Körperhaltung, Gestik und Mimik in ihrer Wirkung auf die Zuhörer besprochen. Die Dozentin ist Diplom-Psychologin und Diplom-Pädagogin und arbeitet im schulischen Bereich. Das Seminar ist für zwei Tage vorgesehen, damit die Kinder/Jugendlichen Gelegenheit haben, eigene Erfahrungen mit dem Gelernten zu sammeln und diese im 2. Teil zu besprechen.
Bitte zum 1. Termin Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, und Schreibmaterial (Papier + Stift) mitbringen!

Kinder und Jugendliche (10 – 13 Jahre)

D989230 12,00 Ustd. 59,– €
2 Samstage, ab 10.11.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

Jugendliche (ab 13 Jahren)

D989240 12,00 Ustd. 59,– €
2 Samstage, ab 1.12.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

Moderation von Projektsitzungen, Besprechungen, Teamsitzungen

Erfolgreich zu moderieren ist eine Schlüsselqualifikation für alle Fach- und Führungskräfte. Dabei ist es oft notwendig, den Spagat zwischen Moderation- und Gesprächsleitung zu meistern. Moderatorenrolle und klassische Werkzeuge gehen dabei Hand in Hand. Im Rahmen diese Trainings lernen Sie,

- eine »Klassische« Moderatorenhaltung kennen (Verhalten, Verfahren, kommunikative Fähigkeiten)
- den Ablauf einer moderierten Sitzung kennen (u.a. Visualisierungstechniken, Diskussions- und Problemlösetechniken, Workshopdramaturgie)ein Gefühl für den Umgang mit Gruppen zu bekommen
- ein Gefühl für den Umgang mit Gruppen zu bekommen
- »Erste Hilfe Techniken« für den Umgang mit schwierigen Moderationssituationen und Teilnehmern
- die Abgrenzung Gesprächsleitung versus Moderation vorzunehmen

und die situative Flexibilität für beide Vorgehensweisen zu erhöhen.

Effektiver Praxistransfer wird durch das Verproben kompletter Moderationen (inhaltlich orientiert an den Themen der Teilnehmer) gewährleistet.

Frau Ziegler ist Kommunikationswirtin und Coach.

D60018 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 26.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 27.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Effektiv Präsentieren und Vortragen

Volle Aufmerksamkeit erzielen

Menschen mit Charisma drücken durch ihre bloße Anwesenheit mehr aus, als andere mit vielen Worten sagen können. Lernen Sie die Erfolgsgeheimnisse einer charismatischen Präsentation kennen und trainieren Sie Ihre eigenen persönlichen Fähigkeiten für Ihren überzeugenden und wirkungsvollen Auftritt:

In diesem Seminar lernen Sie
– Ihre persönliche Wirkung und charismatische Ausstrahlung zu optimieren
– die effektive Vorbereitung einer Präsentation (Gliederung, Auswahl der Medien, eigene Haltung)
– Zuhörer zu motivieren und zu aktivieren
– souverän mit Einwänden und Konflikten umzugehen
– wirkungsvolle Frage- und Zuhörtechniken
– sich Gehör zu verschaffen
– den Umgang mit kritischen Zuhörern, Zwischenfragen und Widerständen
– mit Lampenfieber, Blackout und unvorhergesehenen technischen Schwierigkeiten umzugehen.

Durch das intensive Training mit Übungen beruflicher Alltagssituationen ist ein hoher Transfer in die tägliche Praxis garantiert. Es empfiehlt sich besonders für Fach- und Führungskräfte, die mit Präsentationen im beruflichen Umfeld mehr erreichen wollen.

Frau Ziegler ist Kommunikationswirtin und Coach.

D60019 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 31.8.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

Rhetorik im Beruf I

Rhetorik – Dialog

Gespräche bewusst gestalten und Konfliktsituationen bewältigen

Diese Seminare bieten Ihnen einen guten Überblick über die wichtigsten und kritischsten Kommunikationsanlässe und -situationen im beruflichen Alltag
– Grundlagen der Kommunikation
– Grundregeln der Gesprächsführung: Gespräche strukturieren und auf den Punkt bringen
– Reden ist Silber, Fragen ist Gold – Führen durch Fragen
– Körpersprache und Kommunikation: beim Anderen richtig ankommen
– Wirkungsvoll argumentieren und überzeugen
– Feedback geben: Seinem Gegenüber differenziert und wertschätzend Rückmeldung geben
– Feedback bekommen: Rückmeldungen aufnehmen und verstehen
– Schwierige Gesprächssituationen: Sach- und Personenebene trennen, guten Gesprächseinstieg finden, für positive Atmosphäre sorgen
– Sich behaupten und schützen in unfairen Gesprächen
– Bewerbungsgespräch: Über sich selbst reden; Werbung in eigener Sache machen

Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin

D60020A 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 31.8.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.9.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

D60020B 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 30.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 1.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann

Rhetorik im Beruf II

Rhetorik – Monolog

Sicherheit in der persönlichen Wirkung – Vorträge und (Selbst-)Präsentationen sicher und authentisch gestalten)

Diese Seminare bieten Ihnen einen guten Überblick über die wichtigsten und kritischsten Kommunikationsanlässe und -situationen im beruflichen Alltag
– Positive Selbstdarstellung: Persönlichkeit und authentisches Auftreten
– Hemmungen und Unsicherheiten abbauen, Umgang mit Lampenfieber
– Aufbau und Gestaltung eines Vortrags
– Kurzvortrag und Diskussionsbeiträge
– Körpersprache
– Medieneinsatz
– Raumgestaltung und -nutzung

Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin

D60021A 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

D60021B 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 14.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 15.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Eva Heymann

Sicher und überzeugend argumentieren

Sie haben gute Argumente, doch Sie können sie im Gespräch nicht überzeugend vermitteln? Sie erleben immer wieder, dass Sie sich nach einem schwierigen Gespräch überfahren fühlen?

An diesem Wochenende trainieren Sie, spontan und angemessen auf Ihren Gesprächspartner zu reagieren, Argumente gezielt einzubringen, Gespräche zu lenken und verbindlich zu beenden.
– Die Sach- und Beziehungsebene in Gesprächen
– Was sagt mir mein Gesprächspartner (aktives Hinhören)?
– Gesprächskiller und Gesprächsförderer
– Schlagfertigkeit – wann ist sie sinnvoll?
– 5-Satz-Technik
– Innere Haltung im Gespräch und ihre Ausdrucksformen

Frau Ziegler ist Trainerin und Coach.

D60022 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 23.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 24.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabina Ziegler

– Beachten Sie bitte auch die Kurse zum Thema Kommunikation im Fachbereich Beruf und Karriere auf den Seiten 67 bis 71!

Freude am Sprechen – Freude am Zuhören

Rhetorik im Beruf – Spezial

Wir kennen sie alle: Redner, an deren Lippen man förmlich hängt. Redner, denen man stundenlang zuhören könnte, weil sie es verstehen das Publikum in ihren Bann zu ziehen.

Kann man das lernen? Ja, man kann! Die Freude am Zuhören, hat sehr viel damit zu tun, welche Freude der jeweilige Redner am Sprechen hat. Diese Freude am Sprechen wollen wir in dem Kurs wieder – und neu entdecken.
– Übungen zum Erzählen, Schildern, Übertreiben
– Stimmführung
– Sprechausdruck
– Körpersprache
– Bühnenpräsenz

Wir werden mit zahlreichen praktischen Übungen arbeiten, in Einzel- und Gruppenarbeit sowie durch differenziertes Feedback, auch mit Videounterstützung

Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin

D60023 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

Berufliche Kommunikation und Rhetorik

Wie schön wäre es, voller Zutrauen zu sich und den eigenen Fähigkeiten zu sein, keine Angst vor neuen Aufgaben zu haben und sich nicht verunsichern zu lassen. Dieser Bildungsurlaub will Ihnen helfen, Ihre kommunikativen Fähigkeiten zu stärken und dabei den Alltag im Umgang mit anderen »stressfreier« meistern zu lernen.

Wichtige Lernziele:
– Wie befreie ich mich von Hemmungen vor anderen Menschen zu sprechen?
– Wie kann ich zielgerichtet formulieren?
– Wie setze ich meine Stimme so ein, dass ich mir Gehör verschaffe und stimmig wirke?
– Wie werde ich gelassener in Stresssituationen und werde schlagfertiger?
– Wie übernehme ich erkennbar die Führung im Gespräch?
– Wie baue ich eine Rede gekonnt auf?
– Wie kann ich auch in schwierigen Situationen gewaltfrei kommunizieren?

– Wie kommuniziere ich gekonnt im Konflikt?

Nehmen Sie sich eine Woche Zeit und stärken Sie damit Ihre rhetorische Kompetenz am Arbeitsplatz. Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.

D60023BU 40,00 Ustd. 325,– €
Bildungsurlaub
1 Woche ab 21.1.2013
Jürgen Henrici

»Bigtalk«!

Kommunikationstraining für Frauen

Für das berufliche Vorankommen ist gekonntes Smalltalken sicher hilfreich. Wichtiger ist jedoch das Einmaleins des »Bigtalks«! Denn die Beherrschung einer klaren, offenen und zeitnahen Kommunikation ist ein wesentlicher Faktor des beruflichen Erfolgs, dies gilt auch für Frauen. Dieses Seminar richtet sich deshalb speziell an Frauen und bietet den einzelnen Teilnehmerinnen einen geschützten Rahmen, die eigenen Kommunikationsthemen offen anzusprechen und diese mit anderen Frauen zu üben und zu reflektieren.

– Grundlagen der verbalen und non-verbalen Kommunikation
– Kommunikation mittels Körpersprache
– Analyse der eigenen Kommunikationsmuster
– Tipps für eine optimale non-verbale Kommunikation
– Sinnvolle Gesprächsaufbauten und Formulierungshilfen
– Adäquate Kommunikation in Konfliktsituationen
– Wichtige Komponenten der betriebs- bzw. abteilungsinternen Kommunikation

Mithilfe von interaktiven Vorträgen und Fallbeispielen werden die wesentlichen Komponenten einer professionellen Kommunikation vermittelt. Einzelübungen und Rollenspiele helfen dabei, das individuelle Kommunikationsmuster zu analysieren und durch konstruktives Feedback zu reflektieren. Erklärtes Ziel ist die Bewusstwerdung und weitere Optimierung des eigenen Kommunikationsverhaltens, um erfolgreicher zu werden.

Regina Siepelmeyer ist Dipl.-Kauffrau, Consultant und Coach

D60024 16,00 Ustd. 145,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 16:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Regina Siepelmeyer

Faszinierend präsentieren

mit PowerPoint-Unterstützung

PowerPoint gestützte Vorträge sind häufig ermüdend, langatmig, gespickt mit Animationen und manchmal auch nichtssagend. Oft fällt es den Zuhörern schwer wachzubleiben, weil die Folien in den Vordergrund geraten und der eigentliche Inhalt des Vortrags darüber PowerPoint-Präsentation wohltuend abzuheben und das Publikum in den Bann zu ziehen? Hier lernen Sie, als Redner/in im Vordergrund zu bleiben und Power Point als wertvolles Handwerkszeug und Ergänzung Ihres Vortrags zu nutzen, statt sich von der Leinwand auf die Seite drängen zu lassen. Unterschiedliche Gestaltungsmöglichkeiten eines Vortrags werden vorgestellt und gemeinsam durchgespielt.

– Aufteilung der Bühne zwischen Redner und Technik
– Lebendige Vortragsgestaltung mit der Hilfe von PowerPoint
– Raumnutzung und Medienvielfalt

Wichtig: Dieser Kurs ist keine EDV-Einführung in die Nutzung des Programms PowerPoint, sondern dessen rhetorische Ergänzung. PowerPoint-Anwendungskenntnisse werden vorausgesetzt (siehe unsere PowerPoint-Kurse auf Seite 78).

Sabine Zwetsch ist gepr. Sprecherzieherin (DGSS) und Kommunikationstrainerin.

D60025 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Sabine Zwetsch

Small Talk

oder das »Kleine Gespräch«

Kennen Sie das auch: Man steht auf einem geschäftlichen Empfang und kennt (noch) keine Seele; vor dem Seminar, der Besprechung mit Kunden, vor der Produktpräsentation oder in den Pausen, man steht gemeinsam mit Fremden im Flur herum, man ist privat bei Geschäftspartnern eingeladen; man ist auf einer Messe und will Kontakte knüpfen; man steht mit halbbekannten Menschen im Fahrstuhl und will nicht nur schweigen- Doch wie fange ich es an? Kann ich jetzt übers Wetter reden oder soll ich besser nach den Kindern fragen? Eigentlich komme ich mir immer so aufgesetzt vor, wenn ich »smalltalke«!

Der »Small Talk« ist eine der elementarsten Kommunikationsformen! Er ist bedeutend, weil er zum geglückten Einstieg in einen intensiven Dialog erheblich beitragen kann und für die berufliche und gesellschaftliche Positionierung unerlässlich ist. In diesem Seminar können Sie praktisch üben, wie ein gelungener Gesprächseinstieg mit Fremden funktioniert, wie Sie sich selbst gut dabei fühlen können und mehr als nur Phrasen austauschen, sondern einen ersten echten Draht aufbauen:

Kommunikation (Grundmodell)

– Grundlagen der Gesprächsführung
– Hemmungen erkennen und bewältigen
– Blockaden abbauen, Optimismus entwickeln
– »Small Talk« gestalten (verbal/nonverbal)
– Kritische Situationen meistern
– Grundregeln für den »Small Talk«
– Kontakte erarbeiten, pflegen und vertiefen!
– Das Networking beginnt!

Eva Heymann ist Marketing- und Kommunikationsberaterin und Trainerin

D60026 12,00 Ustd. 125,– €
1 Wochenende
Fr, 14.9.2012, 17:00 – 20:00 Uhr
Sa, 15.9.2012, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Heymann

Moderne Verhandlungstechniken

Zielorientiert, konsequent, offensiv – und dennoch in einer Win-Win-Situation ohne »Gesichtsverlust« aus Verhandlungen zu gehen, ist Ziel dieses Seminars. Verhandeln unter Stress, »Hart aber fair« zum Sieg und der Umgang mit unfairer Dialektik von Gesprächspartnern werden trainiert. Sie lernen, auch unter harten Bedingungen so zu verhandeln, dass Sie das mögliche Maximum erreichen.

– Verhandeln mit und gegen das Harvard Konzept
– Zielorientiertes, offensives und konsequentes Verhandeln ohne Gesichtsverlust: – wie Sie dennoch eine Win-Win Situation im Auge behalten
– Umgang mit schwierigen Verhandlungspartnern
– Festgefahrene Verhandlungen als Ausgangspunkt für Profis

Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.

D60027 10,00 Ustd. 95,– €
1 Samstag, ab 22.9.2012
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Jürgen Henrici

Schlüsselfaktoren erfolgreicher Kommunikation

Was macht Kommunikation erfolgreich? Worauf kommt es wirklich an? In diesem interessanten Seminar erfahren Sie, wie Sie klar und deutlich kommunizieren, Verständnis aufbauen, wie Sie Konflikte und Angriffe souverän meistern, Ihre Sprech- und Ausdrucksformen optimieren können, damit Ihre Sprache lebendig, mitreißend und leicht verständlich wird. So können Sie komplexe Sachverhalte auf den Punkt bringen. In vielen praktischen Übungen probieren Sie das Gelernte gleich aus.

Herr Henrici ist Sozialpädagoge und Managementtrainer.

D60028 10,00 Ustd. 95,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Jürgen Henrici

Mit emotionaler Intelligenz verstehen lernen

Einführung in die personzentrierte Kommunikation

Erfolgreiche Menschen verfügen über eine gute Intuition und Empathiefähigkeit.

Dadurch sind sie in der Lage Dinge wahrzunehmen, die für unser Bewusstsein nicht offensichtlich sind und die über die Sachebene hinausgehen. Weil wir alle von unseren unbewussten Erfahrungen mitgesteuert werden, ist es hilfreich, Unbewusstes in die Wahrnehmung aufzunehmen. So erweitern Sie Ihre Fähigkeit, Ihre Beziehungen optimaler zu gestalten.

Neben einem guten theoretischen Überblick über die Methode werden Ihre soft skills in verschiedenen kreativen Übungen angesprochen und schließlich auch schon in einer Trainingseinheit zur Anwendung kommen.

Lernen Sie durch die Personzentrierte Kommunikation, Ihre Wahrnehmung und soft skills wirksam trainieren und anwenden zu können. So werden Sie erfolgreicher sein.

Die Dozentin ist Personzentrierte Beraterin (GWG) für Persönlichkeitsentwicklung und Coach.

D82130 9,33 Ustd. 55,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Ilse Eichler

Sprachen

Kommunikation, Grundbildung, Deutsch, Gebärdensprache

Berufliche Kompetenz durch professionelle Kommunikation

Einführung in die Klienten-zentrierte Gesprächsführung

Erfolg in der Kommunikation ist erlernbar. Nutzen Sie Ihre emotionale Intelligenz, um Ihr Gegenüber auf empathischer Ebene zu erreichen. Die Klientenzentrierte Gesprächsführung bietet ein in der Psychologie erprobtes Instrumentarium, das Ihnen größere Spielräume in der Interaktion ermöglicht. Eine optimale Voraussetzung, Ihre beruflichen und privaten Beziehungen positiv zu verändern. Kongruenz, Wertschätzung, und Empathie im Umgang mit anderen Menschen helfen Ihnen, erfolgreicher die unbewussten Anteile in der Kommunikation zu nutzen. In einer Zeit von ansteigendem burn-out können Sie dadurch vorbeugen, Ihre Ressourcen schonen und unnötige Auseinandersetzungen vermeiden.

- Professionelle Gesprächsführung für bessere Zeit-Effizienz
- Bereicherung Ihrer Fähigkeiten in der Kommunikation
- Empathie als Türöffner
- Fundiertes Verständnis der Motivation anderer
- Entscheidungsstrategien für den beruflichen Alltag
- Stärkung Ihres Selbstbewusstseins
- Größere Selbstsicherheit in der Kommunikation
- Spiegeln als herausragende Kommunikationstechnik
- Aktives Zuhören als Schlüssel zum Erfolg
- Steigerung der Entscheidungsfreude

Ilse Eichler ist Personzentrierte Beraterin / Coach, Trainerin.

D60030 15,00 Ustd. 135,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Ilse Eichler

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Grundbildung

Leitung und Beratung:
Harald Schott
Informationen
zur Sprachberatung Seite 88

Lesen und Schreiben

(für Deutsche)

Grundbildung für Deutsche – Lesen und Schreiben lernen

Viele Erwachsene in Deutschland können nicht richtig lesen und schreiben. Die Zahl der funktionalen Analphabeten in Deutschland wird von Experten auf etwa 7,5 Millionen geschätzt (Level one Survey, Universität HH).

Trotz Schulpflicht haben diese Menschen aufgrund biographischer, schulischer und sozialer Umstände das Bildungssystem ohne ausreichende Kenntnisse im Lesen, Schreiben oder Rechnen verlassen. Diejenigen, die diese Basisqualifikation nicht erfüllen, gelten als funktionale Analphabeten. Durch die ständig wachsenden Anforderungen unserer modernen Industriegesellschaft genügt es nicht mehr, seinen Namen schreiben zu können oder z.B. einfache Verträge zu lesen, um am Arbeitsplatz oder im privaten Leben erfolgreich handeln zu können.

Meist finden die Betroffenen keine geeigneten Möglichkeiten, sich die fehlenden Kenntnisse anzueignen oder sie getrauen sich nicht, danach zu fragen. Deshalb bitten wir Sie: Weisen Sie im Freundes-, Bekannten- oder KollegInnenkreis auf dieses Lernangebot der vhs Wiesbaden hin. Die Beratung erfolgt anonym und unverbindlich bei Herrn Schott, Telefon (06 11) 98 89-130. Sie können aber auch gerne in unsere Sprachberatung kommen.

Fördermöglichkeiten!
Auch Sie können es noch lernen!
Nutzen Sie unser Beratungsangebot, wir helfen Ihnen gerne!
(Lese- und Schreibkurse für Deutsch als Fremdsprache finden Sie auf Seite 95)
Kursdauer: 60 Ustd./Modul
D61010 ab 18.9.2012
Di + Do, 15:00 – 16:30 Uhr
Elke Boger

Deutsch und Sprachkompetenz

Leitung: Harald Schott

Deutsch für Alltag und Beruf

Dieses Kursangebot wendet sich an deutschsprachige Erwachsene, die sich im Schreiben unsicher sind – etwa weil die Schulzeit schon länger zurückliegt, weil die Rechtschreibreform Verwirrung gestiftet hat , weil sie schon immer mit der Grammatik auf Kriegsfuß standen oder ganz einfach keine Übung mehr haben. Wir behandeln drei große Themen: Grammatik, Rechtschreibung und Zeichensetzung.
Das alles wird leicht verständlich erklärt und mit Übungen vertieft.
Deutsch fürs Studium: Grammatik und Rechtschreibung (Schöningh)
D61020 24,00 Ustd. 130,– €
12 ×, ab 12.9.2012
Mi, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. Monika Hoffmann

Deutsche Gebärdensprache (DGS)

Als Gebärdensprache bezeichnet man eine eigenständige, visuell wahrnehmbare natürliche Sprache, die insbesondere von gehörlosen und hörgeschädigten Menschen zur Kommunikation genutzt wird.
je 12(8) Abende
Kursgebühr: 150,– € (100,– €)

Gebärdensprache 1
D61211 ab 24.10.2012
Mi, 17:45 – 19:15 Uhr
Mike Mack

Gebärdensprache 3
D61213 ab 13.9.2012
Do, 17:45 – 19:15 Uhr
Mike Mack

Gebärdensprache 4
D61214 ab 4.9.2012
Di, 17:45 – 19:15 Uhr
Mike Mack

D61215 ab 6.12.2012
Do, 17:45 – 19:15 Uhr
Mike Mack

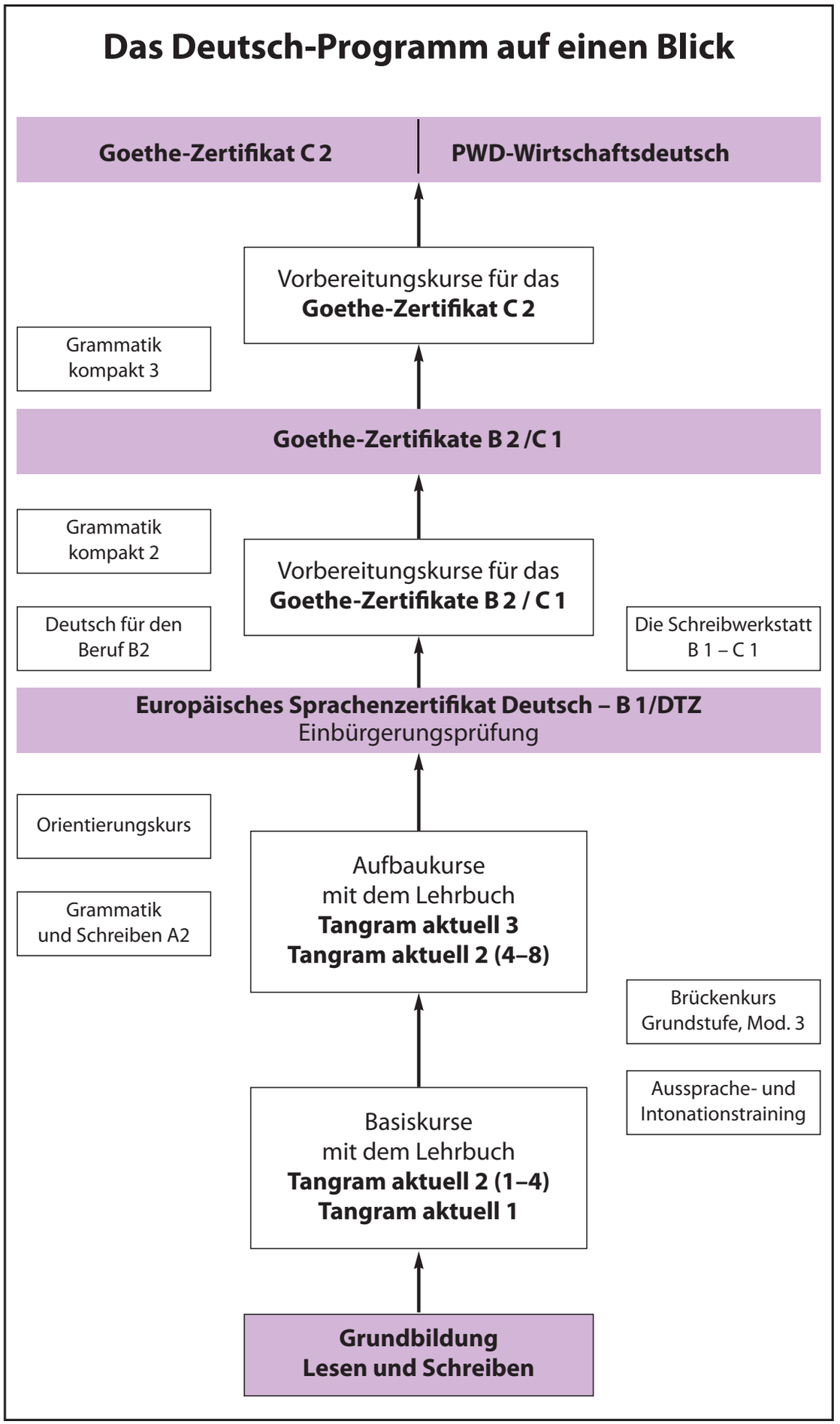
Gebärdensprache (DGS)

Crash-Kurs BU
(als Bildungsurlaub anerkannt)
Als Gebärdensprache bezeichnet man eine eigenständige, visuell wahrnehmbare natürliche Sprache, die insbesondere von gehörlosen und hörgeschädigten Menschen zur Kommunikation genutzt wird. Gebärdensprache besteht aus kombinierten Zeichen (Gebärden), die vor allem mit den Händen, in Verbindung mit Mimik und Mundbild (lautlos gesprochene Wörter oder Silben) und zudem im Kontext mit der Körperhaltung gebildet werden. In diesem einwöchigen Crashkurs erlernen Sie die Grundbegriffe der Deutschen Gebärdensprache (DGS).
D61260BU 40,00 Ustd. 265,– €
5 Tage, Termin wird noch bekanntgegeben
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr

Anzeige
Weltladen WIESBADEN
Bücher der Welt

Romane
Sachbücher
Kinderbücher
Kochbücher
Öffnungszeiten
Mo - Fr: 11 - 18:30 Uhr
Sa: 10 - 14 Uhr
Weltladen Wiesbaden
Oranienstraße 52 · 65185 Wiesbaden
Tel. 0611 / 37 37 29
www.weltladen-wiesbaden.de

Das Deutsch-Programm auf einen Blick



Deutsch als Fremd-/Zweitsprache

Leitung: Harald Schott
Informationen zur Sprachberatung Seite 88

Grundbildungskurse »Lesen und Schreiben«

Diese Kurse sind nach dem Zuwanderungsgesetz als Integrationskurse anerkannt.
Kursdauer: 100 Ustd./Modul
Kursgebühr: € 260,–
(zuzüglich Lehrmaterial)

Lesen und Schreiben, Stufe 1
LB: Ihr Start ins Deutsche Teil 1 (Hempen-Verlag)
D620011 ab 10.9.2012
Mo, Di, Fr, 8:45 – 12:45 Uhr
Wilga Hörichs

D620012 ab 12.11.2012
Mo, Di, Mi, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Gabriele Schmidt-Atif

Lesen und Schreiben, Stufe 2
LB: Ihr Start ins Deutsche Teil 1 (Hempen-Verlag)
Erste Schritte plus (Hueber)
Pilotkurs: Das Lehrwerk wird zur Verfügung gestellt
D620022 ab 14.8.2012
Di, Mi, Do, 15:00 – 18:00 Uhr
Sandra Kroemer,
Monika Möller-Frorath

D620023 ab 29.10.2012
Mo, Di, Fr, 8:45 – 12:45 Uhr
Wilga Hörichs

Lesen und Schreiben, Stufe 3
Ihr Start ins Deutsche, Teil 2 (Hempen-Verlag)
Erste Schritte (Hueber)
D620032 ab 13.8.2012
Mo, Mi, Fr, 16:45 – 19:45 Uhr
Helmut Simon,
Helga Dorothée Scheffer

D620033 ab 25.10.2012
Di, Mi, Do, 15:00 – 18:00 Uhr
Sandra Kroemer,
Monika Möller-Frorath,

D620034 ab 17.12.2012
Fr, Mo, Di, 8:45 – 12:45 Uhr
Wilga Hörichs

Lesen und Schreiben, Stufe 4
Ihr Start ins Deutsche, Teil 2 (Hempen-Verlag) ab L. 6
D620042 ab 24.10.2012
Mi, Fr, Mo, 16:45 – 19:45 Uhr
Helmut Simon, Helga Dorothée Scheffer

D620043 ab 25.6.2012
Mo, Di, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Britta Weber

Lesen und Schreiben, Stufe 5
LB: Schritte plus 1 L. 1 – 3 (Hueber)
D620052 ab 7.8.2012
Di, Mi, Do, 14:30 – 17:30 Uhr
Natascha Mehlhorn, Helga Dorothée Scheffer

D620053 ab 10.9.2012
Mo, Di, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Britta Weber

Lesen und Schreiben, Stufe 6
Schritte plus 1 + Arbeitsbuch L. 4 – 7 (Hueber)
D620062 ab 16.10.2012
Di, Mi, Do, 14:30 – 17:30 Uhr
Natascha Mehlhorn, Helga Dorothée Scheffer

D620063 ab 5.11.2012
Mo, Di, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Britta Weber

Lesen und Schreiben, Stufe 7
Schritte plus 2, L. 8 – 10 (Hueber)
D620073 ab 13.8.2012
Mo, Di, Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Natascha Mehlhorn, Christiane Rehor

Lesen und Schreiben, Stufe 8
Schritte plus 2, L. 11 – 14 (Hueber)
D620082 ab 10.9.2012
Mo, 13:45 – 17:45 Uhr
Gabriele Schmidt-Atif

D620083 ab 22.10.2012
Mo, Di, Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Natascha Mehlhorn, Christiane Rehor

Lesen und Schreiben, Stufe 9
Schritte plus 3, L. 1 – 3 (Hueber)
D620092 ab 27.8.2012
Mo, Di, Do, 14:30 – 17:30 Uhr
Jacek Danowski

Lesen und Schreiben, Stufe 9
Schritte plus 3, L. 1 – 3 (Hueber)
D620093 ab 12.11.2012
Mo, 13:45 – 17:45 Uhr
Gabriele Schmidt-Atif

Lesen und Schreiben, Stufe 10
Schritte plus 3, L. 4 – 7 (Hueber)
D620102 ab 5.11.2012
Mo, Di, Do, 14:30 – 17:30 Uhr
Jacek Danowski

Lesen und Schreiben, Stufe 11
Schritte plus 4, L. 8 – 11(Hueber)
D620112 ab 25.6.2012
Mo, Di, Mi, 9:00 – 13:00 Uhr
Gabriele Schmidt-Atif

Lesen und Schreiben, Stufe 12
Schritte plus 4, L. 12 – 14 (Hueber)
D620122 ab 10.9.2012
Mo, Di, Mi, 9:00 – 13:00 Uhr
Gabriele Schmidt-Atif

Tageskurse intensiv A1 – B1

Intensivkurs Grundstufe Deutsch A1/A2/B1

(Als Integrationskurs nach dem Zuwanderungsgesetz anerkannt)
Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die in kurzer Zeit die deutsche Sprache erlernen wollen. Er wird in zwei Teilen durchgeführt und bereitet auf die Prüfung zum Sprachenzertifikat telc Deutsch B1 bzw Deutschtest für Zuwanderer DTZ (nur für TN am Integrationskurs) vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd.
Der Basiskurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet und in 3 Module a 100 Ustd. (siehe Zuwanderungsgesetz) aufgeteilt. Am Ende dieses Kurses wird die Stufe A2 (Europäischer Referenzrahmen zum Sprachenlernen) erreicht. Bei Bedarf kann auch eine entsprechende Prüfung abgelegt werden.
Der Aufbaukurs setzt den Basiskurs fort. Er umfasst auch 3 Module a 100 Ustd. nach dem Zuwanderungsgesetz. Am Ende dieses Kurses kann die Sprachenprüfung telc Deutsch B1 oder DTZ abgelegt werden.
Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird nach Absprache auch während der Ferienzeiten unterrichtet. Info zur Prüfung s. Seite 90.

Deutsch Intensiv Basiskurs (A1/A2)
300 Ustd. – Kursgebühr: € 762,–
Dieser Basissprachkurs ist für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet und in 3 Module à 100 Ustd. (s. Zuwanderungsgesetz) aufgeteilt. Am Ende dieses Kurses wird die Stufe A2 (Europäischer Referenzrahmen zum Sprachenlernen) erreicht. Bei Bedarf kann auch eine entsprechende Prüfung abgelegt werden.
Tangram aktuell 1 L. 1 – 4 (Hueber)
Tangram aktuell 1 L. 5 – 8 (Hueber)
Tangram aktuell 2 L. 1 – 4 (Hueber)
D62101 ab 6.8.2012
Mo, Di, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Evelyne Antomo, Dr. Olga Funke

D62111 ab 3.9.2012
Mo, Di, Mi, Do, 13:45 – 17:45 Uhr
Zana Helena Zuljevic, Ulf Wetter

D62113 ab 24.9.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Karl-Christian Damke

D62115 ab 8.10.2012
Mo, Di, Mi, Do, 14:00 – 18:00 Uhr
Mirna Emersic, Britta Weber

D62116 ab 5.11.2012
Mo, Di, Do, Fr, 14:00 – 18:00 Uhr
Hildegard A. Uebel, Annemarie Brinskelle

D62117 ab 19.11.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Roland Gschweng, Claudia Bukur-König

D62119 ab 15.1.2013
Di, Mi, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Sandra Kroemer, Monika Möller-Frorath

Deutsch Intensiv Aufbaukurs (B1)
300 Ustd. = Kursgebühr: € 762,–
Dieser Aufbausprachkurs setzt den Basiskurs fort. Er umfasst 3 Module à 100 Ustd. nach dem Zuwanderungsgesetz. Bei Eignung kann am Ende dieses Kurses die Europäische Sprachenprüfung Deutsch (B1) abgelegt werden.
Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird nach Absprache auch während der Ferienzeiten unterrichtet.
Tangram aktuell 2, Lektion 5 – 8, (Hueber)
Tangram aktuell 3, Lektion 1 – 4, (Hueber)
Tangram Aktuell 3, Lektion 5 – 8, (Hueber)
D62213 ab 23.7.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Roland Gschweng, Claudia Bukur-König

D62214 ab 14.8.2012
Di, Mi, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Sandra Kroemer, Monika Möller-Frorath

D62215 ab 20.8.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Claudia Bukur-König, Roland Gschweng

D62216 ab 3.9.2012
Mo, Di, Mi, Do, 13:45 – 17:45 Uhr
Heike Paul

LB: wird zur Verfügung gestellt (Pilotkurs)
D62217 ab 1.10.2012
Mo, 9:00 – 13:00 Uhr
Vera Seibel

D62217 ab 8.10.2012
Mo, Di, Mi, Do, 13:45 – 17:45 Uhr
Jana Kananova,Dr. Barbara Wenger

D62218 ab 8.10.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Eva Farkas-Störmer, Ursula Chai-Stroux

D62220 ab 22.10.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Ute Schwärzel, Elzbieta Rasch

D62222 ab 26.11.2012
Mo, Di, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Evelyne Antomo, Dr. Olga Funke

D62223 ab 12.11.2012
Mo, 9:00 – 13:00 Uhr
Jacek Danowski, Zana Helena Zuljevic

Förderkurse A1 – B1

Intensivkurse mit langsamem Tempo
(nach dem Zuwanderungsgesetz anerkannt)
Diese Intensivkurse führen in 3 Teilen (3 × 300 Ustd.) zur Prüfung telc Deutsch B1 oder DTZ. Geeignet sind sie für Teilnehmer/innen, die keine umfangreiche Schulbildung haben, mündlich schon ein wenig zurecht kommen, lange nicht mehr gelernt haben oder etwas langsamer lernen möchten. Bitte lassen Sie sich in unserer Sprachberatung einstufen.
Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird nach Absprache auch während der Ferienzeiten unterrichtet.
je 300 Ustd. = Gebühr: € 762,–

Deutsch Intensiv 1 Förderkurs (A1/A2.1)
Dieser Basissprachkurs ist für TeilnehmerInnen ohne Vorkenntnisse geeignet und in 3 Module à 100 Ustd. (s. Zuwanderungsgesetz) aufgeteilt. Am Ende dieses Kurses wird die Stufe A1 (Europäischer Referenzrahmen zum Sprachenlernen) erreicht. Bei Bedarf kann auch eine entsprechende Prüfung abgelegt werden.
Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird nach Absprache auch während der Ferienzeiten unterrichtet.
LB: Tangram aktuell 1 Lektion 1 – 4 ; Tangram aktuell 1 Lektion 5 – 8 , Hueber
D62310L ab 1.10.2012
Mo, Di, Do, Mi, 9:00 – 13:00 Uhr
Mirna Emersic, Jana Kananova

D62311L ab 26.11.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Michaela Brinitzer, Gabriele Nisius

Deutsch Intensiv 2 Förderkurs (A2.2/B1.1)
Dieser Aufbausprachkurs setzt den Basiskurs fort. Er umfasst 3 Module à 100 Ustd. nach dem Zuwanderungsgesetz. Nach diesem Kurs kann die Prüfung telc Deutsch (A2) abgelegt werden.
Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird nach Absprache auch während der Ferienzeiten unterrichtet.
LB: wird noch bekannt gegeben.
D62321L ab 8.10.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Gabriele Nisius, Faranak Mensch

Deutsch Intensiv 3 Förderkurs (B1.2/B1.3)
Dieser Aufbaukurs setzt den Kurs Teil 2 fort . Er umfasst 3 Module à 100 Ustd. nach dem Zuwanderungsgesetz. Bei Eignung kann in diesem Kurs die Europäische Sprachenprüfung Deutsch (B1) abgelegt werden.
Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird nach Absprache auch während der Ferienzeiten unterrichtet.
Tangram aktuell 3 Lektion 1 – 4 (Hueber)
Tangram aktuell 3 Lektion 5 – 8 (Hueber)
D62331L ab 30.7.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Michaela Brinitzer, Gabriele Nisius

D62332L ab 1.10.2012
Mo, Di, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Mirna Emersic, Jana Kananova

Brückenkurs Grundstufe (A2)
Modul 3 nach dem Zuwanderungsgesetz.
Sie können schon etwas Deutsch sprechen und schreiben, sind aber noch nicht bereit für den Aufbaukurs Teil 2 ? Sie haben den Basiskurs schon besucht, aber noch nicht alles gut verstanden? Dann sind Sie richtig im Brückenkurs . Wir werden Basisstrukturen, Wortschatz, Lese- und Hörverstehenstechniken aus dem Basiskurs wiederholen, auffrischen und festigen, damit Sie sich im zweiten Kurs ganz sicher fühlen und dann das Zertifikatsniveau gut erreichen können. Darüber hinaus ist nach dem Kurs auch die Teilnahme an der Prüfung A2 möglich! Teilnahme am Kurs nur nach Beratung!
D62350 265,– €
ab 29.10.2012
Mo, Di, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Ursula Chai-Stroux,
Eva Farkas-Störmer

D62351 265,– €
ab 10.12.2012
Mo, Di, Do, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Ursula Chai-Stroux,
Eva Farkas-Störmer

Abendintensivkurs Deutsch A1 – B1

Dieser Abendkurs wendet sich an alle, die tagsüber keine Zeit haben, intensiv Deutsch zu lernen und führt in 6 Modulen (6 ? 100 Ustd.) zur telc-Prüfung Deutsch B1 bzw. DTZ. Diese Kurse sind als Integrationskurse anerkannt.
je 100 Ustd. = Kursgebühr: € 295,–

Deutsch Modul 1, A1.1
Tangram aktuell 1, Lektion 1 – 4 , Hueber
Für Anfänger ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd. (Beratung!) Dieser Abschnitt entspricht Modul 1 des BaMF-Curriculums.
D62511 ab 13.8.2012
Mo, Mi, 18:15 – 21:15 Uhr
Sa, 9:30 – 12:30 Uhr
Ursula Chai-Stroux, Evelyne Antomo

D62513 ab 3.12.2012
Mo, Mi, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Laura Dech

Deutsch Modul 2, A1.2
Tangram aktuell 1 Lektion 5 – 8, (Hueber)
Für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600Ustd. (Beratung !) Dieser Abschnitt entspricht Modul 2 des BaMF-Curriculums.
D62522 ab 10.9.2012
Mo, Do, Fr, 18:15 – 21:15 Uhr
Natalya Ivanova,
Helga Dorothée Scheffer

D62523 ab 22.10.2012
Mo, Mi, 18:15 – 21:15 Uhr
Sa, 9:30 – 12:30 Uhr
Ursula Chai-Stroux, Evelyne Antomo

Deutsch Modul 3, A2.1
Tangram aktuell 2 Lektion 1 – 4 , (Hueber)
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd. (Beratung !) Dieser Abschnitt entspricht Modul 3 des BaMF-Curriculums.
D62532 ab 13.8.2012
Mo, Mi, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Dr. Olga Funke

D62533 ab 24.9.2012
Mo, Di, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Thomas Renziehausen,
Karl-Christian Damke

D62534 ab 19.11.2012
Mo, Do, Fr, 18:15 – 21:15 Uhr
Natalya Ivanova,
Helga Dorothée Scheffer

Deutsch Modul 4, A2.2
Tangram aktuell 2 Lektion 5 – 8, Hueber
Für leicht Fortgeschrittene.
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd. (Beratung !) Dieser Abschnitt entspricht Modul 4 des BaMF-Curriculums.
D62543 ab 27.8.2012
Mo, Di, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Gabriele Seib-Hellemeier,
Jacek Danowski

Deutsch Modul 4, A2.2
Tangram aktuell 2 Lektion 5 – 8, Hueber
Für leicht Fortgeschrittene.
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd. (Beratung !) Dieser Abschnitt entspricht Modul 4 des BaMF-Curriculums.
D62544 ab 25.9.2012
Di, Mi, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Otto Breitkreuz

D62545 ab 29.10.2012
Mo, Mi, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Dr. Olga Funke

Deutsch Modul 5, B1.1
Tangram aktuell 3 Lektion 1 – 4, (Hueber)
Für Fortgeschrittene
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd. (Beratung !) Dieser Abschnitt entspricht Modul 5 des BaMF-Curriculums.
D62553 ab 19.11.2012
Mo, Di, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Gabriele Seib-Hellemeier,
Jacek Danowski

Deutsch Modul 6, B1.2
Tangram aktuell 3 Lektion 5 – 8, (Hueber)
Für Fortgeschrittene.
Dieser Abend-Intensivkurs wird in 6 Teilen durchgeführt und bereitet auf die telc-Prüfung Deutsch B1 oder DTZ vor. Der Kurs dauert insgesamt 600 Ustd. (Beratung !) Dieser Abschnitt entspricht Modul 6 des BaMF-Curriculums.
D62560 ab 21.8.2012
Mo, Di, Mi, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Christiane Rehor, Natalya Ivanova

D62561 ab 10.9.2012
Mo, Mi, Do, 18:15 – 21:15 Uhr
Laura Dech

Firmenseminare

Wir machen Ihre Leute fit!
Die vhs Wiesbaden e.V. ist seit vielen Jahren eine erfahrene Anbieterin von firmeninternen Sprachseminaren. Die Seminare werden direkt auf Ihre speziellen Bedürfnisse zugeschnitten, d.h., Sie bestimmen Seminarinhalte, Gruppengrößen und Seminarzeiten.
Herr Harald Schott
Telefon (06 11) 98 89-134/135
Fax (06 11) 98 89-139
E-Mail: hschott@vhs-wiesbaden.de

Orientierungskurse (Zuwanderungsgesetz)

Diese Kurse sind für Teilnehmende an Integrationskursen obligatorisch und schließen den Integrationskurs ab.
je 60 Ustd. = Kursgebühr: € 160,–
Themengebiete:
– Rechtsordnung (Staatsaufbau, Wahlrecht, Länder und Kommunen, Rechtsstaat, Sozialstaatsprinzip, Grundrechte, Pflichten der Einwohner)
– Geschichte (Entstehung und Entwicklung der Bundesrepublik Deutschland)
– Kultur (Menschenbild, Zeitverständnis, Regelorientierung, religiöse Vielfalt)

Nähere Auskünfte dazu und weitere Kurstermine und Zeiten erhalten Sie in der Sprachberatung der vhs.

D62580 ab 15.8.2012
Mi, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Ursula Chai-Stroux

D62581 ab 14.8.2012
Di, Do, Fr, 18:15 – 21:15 Uhr
Ursula Chai-Stroux

D62582 ab 14.8.2012
Di, Fr, 13:45 – 17:45 Uhr
Evelyne Antomo

D62583 ab 3.10.2012
Fr, Mi, 9:00 – 13:00 Uhr
Ursula Chai-Stroux

D62584 ab 28.9.2012
Fr, Di, 13:45 – 17:45 Uhr
Evelyne Antomo

D62585 ab 7.11.2012
Mi, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Evelyne Antomo

D62586 ab 6.11.2012
Di, Do, Fr, 18:15 – 21:15 Uhr
Ursula Chai-Stroux

D62587 ab 21.11.2012
Mi, Fr, 9:00 – 13:00 Uhr
Ursula Chai-Stroux

D62588 ab 13.12.2012
Do, Fr, Di, 18:15 – 21:15 Uhr
Ursula Chai-Stroux

Premium-Intensivgruppe Deutsch im Beruf (B2)
Kleingruppe
Das effektive Sprachtraining für schnellen Lernerfolg!
Mit nur 4 – 8 (!) leistungsorientierten Teilnehmer/innen in der Premium-Intensivgruppe (Kleingruppe) erreichen Sie in kürzester Zeit den maximalen Lernerfolg. Dieses Angebot ist besonders für Firmen geeignet, die für Ihre Mitarbeiter/innen in kürzester Zeit eine hohe sprachliche Kompetenz erreichen möchten.
Jede Premium-Intensivgruppe dauert ca. 7 Wochen mit 60 Unterrichtsstunden.
Auf Wunsch findet auch eine Vorbereitung auf die Prüfung »Deutsch im Beruf B2« statt.
In diesem Kurs lernen Sie sich schriftlich und mündlich besser auszudrücken, z.B. Telefongespräche sicher zu führen, an Gesprächen und Besprechungen erfolgreicher teilzunehmen, Briefe und E-Mails in korrektem Deutsch zu schreiben und zu gestalten. Dazu gehören: Wortschatzaufbau und Verbesserung bestimmter für die berufliche Kommunikation wichtiger grammatischer Strukturen. Die direkte Anwendung des Gelernten steht im Vordergrund.
Voraussetzung: Vorkenntnisse entsprechend B1

D62612 50 Ustd. 485,– €
ab 27.8.2012
Mo, 18:30 – 21:00 Uhr
Ute Schwärzel

TANDEM – der interkulturelle Treff in Wiesbaden

- Sie lernen jetzt Deutsch?
- Sie möchten mehr Deutsch sprechen?
- Sie möchten mehr Kontakt zu Deutschen?
- **Dann kommen Sie zu den kostenlosen TANDEM-Treffen!**

Bei uns sprechen Sie mit Deutschen und Menschen aus aller Welt. Jedes Mal gibt es ein neues, interessantes Gesprächsthema. Sie werden sehen, wie viel Spaß es macht, sich in den kleine Gruppen zu unterhalten.
Oft gibt es etwas zu lachen und interessante Neuigkeiten.
Dabei vergeht die Zeit wie im Fluge - und ganz nebenbei haben Sie viel auf Deutsch gehört und natürlich viel auf Deutsch gesprochen.

und außerdem:
Gemeinschaft erleben bei Wanderungen, Picknick, Führungen und Festen

Geschäftsführung:
Gabriele Nisius,
Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Keine Anmeldung, keine Kosten, ...kommen Sie einfach vorbei!

montags, 17 – 19 Uhr
Gemeindehaus St. Andreas
Nähe Loreleiring,
Assmannshäuserstr. 11
(Bus: 4, 17, 18, 23, 24, 27)

dienstags, 17 – 19 Uhr
Stephanusgemeinde
Westend, Klarenthaler
Straße 22 a (Bus: 14)

mittwochs, 9 – 11 Uhr
- Frauentreff -
Stephanusgemeinde
Westend, Klarenthaler
Straße 22 a (Bus: 14)

mittwochs, 17 – 19 Uhr
RoncalliHaus, Stadtmitte,
Friedrichstr. 26 - 28
(Bus: 14 u. a.)

donnerstags, 17 – 19 Uhr
Evangelisches Gemeindehaus Oranier-Gedächtnis-Gemeinde (hinter dem Telefonhäuschen)
Biebrich, Bunsenstraße 25 /
Ecke Breslauer Straße
(Bus 3, 14)

freitags, 17 – 19 Uhr
Evangelische Bergkirchengemeinde, Bergkirchenviertel, Lehrstraße 6
(Bus 1, 8: Haltestelle Webergasse, Bus 6: Haltestelle Adlerstraße)

Informationen

Tandem-Geschäftsstelle
Gabriele Nisius, vhs
Tel.: 0611/9889-113
www.vhs-wiesbaden.de/tandem
gnisius@vhs-wiesbaden.de
oder
RoncalliHaus
Tel.: 0611/174120

Gefördert von der Stadt Wiesbaden, getragen von: Volkshochschule Wiesbaden, Evangelischer Erwachsenenbildung und Katholischer Erwachsenenbildung

Grammatik- und Schreibtraining B1 – C2

Grammatik kompakt 2, B1
Klipp und klar-Übungsgrammatik (Klett)
Dieser Kurs wendet sich an TeilnehmerInnen, die schon recht gut Deutsch sprechen können (ca. Europäisches Sprachenzertifikat Deutsch), jedoch über wenig Kenntnisse im schriftlichen Deutsch verfügen, sich in der Grammatik sehr unsicher fühlen und Rechtschreibprobleme haben. Pro Termin wird ein zentrales Kapitel der deutschen Grammatik und Rechtschreibung erarbeitet. Spezielle Wünsche können am ersten Abend eingebracht werden. Sie sollten bereit sein, auch umfangreiche Hausaufgaben zu bearbeiten. Dieser Kurs kann auch parallel zum Mittelstufenkurs besucht werden, besser jedoch in Vorbereitung der Mittelstufenkurse.
(Beratung erforderlich !)
D62714 60 Ustd. 210,– €
ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Evelyne Antomo

Die Schreib(übungs)werkstatt (B1 – C1)
Fühlen Sie sich unsicher, wenn Sie auf Deutsch schreiben sollen? Hatten Sie in der Mittelstufe noch Schwierigkeiten im schriftlichen Ausdruck? Benötigen Sie für Ihren Alltag oder im Beruf Übung im Schreiben von Briefen, Emails, oder auch anderen Texten? Sind Sie in der Schule oder an der Universität und brauchen Unterstützung bei den dort geforderten Schreibformen? Schreiben Sie gerne vielleicht auch literarische Texte und möchten das auch auf Deutsch können? Dann sind Sie in der Schreibwerkstatt richtig, vorausgesetzt ihre Deutschkenntnisse liegen schriftlich ungefähr auf dem Niveau B1 oder höher. Sie werden praktische Übungen kennen lernen, um Schreibblockaden abzubauen, Methoden und Techniken einüben, die das Schreiben erleichtern, und in Schreibprojekten Texte erstellen, die dann wieder gemeinsam bearbeitet werden können. In entspannter »Werkstatt-Atmosphäre« werden evtl. vorhandene Schreibhemmungen ganz schnell verschwinden.
Teilnahme nur nach Beratung!
D62717 48 Ustd. 230,– €
ab 11.9.2012
Di, 17:00 – 20:00 Uhr
Britta Weber

Weiterführende Kurse B2, C1, C2 mit Prüfungsvorbereitung

Goethe-Zertifikat B2
Dieser Vorbereitungskurs führt Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen (telc-Prüfung Deutsch B1 o. ähnl.) zum Niveau B2. Am Ende des Kurses kann die Prüfung zum Goethe-Zertifikat B2 abgelegt werden.
(Beratung erforderlich!)
Achtung: Wegen der Prüfungstermine findet der Unterricht nach Absprache auch in den Ferien statt.
LB: Aspekte Mittelstufe Deutsch 2 (Langenscheidt)
D62622 300 Ustd. 792,– €
ab 13.8.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Paul-Wolfgang Krieger

D62624 ab 5.11.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Heike Paul

Goethe-Zertifikat C1
Dieser Vorbereitungskurs führt Teilnehmende mit sehr guten Vorkenntnissen (B2) zum Niveau C1.
Am Ende des Kurses kann die Prüfung zum Goethe-Zertifikat C1 abgelegt werden.
(Beratung erforderlich!)
Achtung: Wegen der Prüfungstermine findet der Unterricht nach Absprache auch in den Ferien statt.
LB: Aspekte Mittelstufe 3 (Langenscheidt)
D62626 200 Ustd. 528,– €
ab 20.8.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Heike Paul

D626261 ab 22.10.2012
Mo, Do, Fr, 9:00 – 14:03 Uhr
Cora Incze-Gödde

D62627 ab 17.12.2012
Mo, Di, Mi, Do, 9:00 – 13:00 Uhr
Paul-Wolfgang Krieger

Goethe-Zertifikat B2 kompakt- Abendkurs
Dieser Kurs führt TeilnehmerInnen mit guten (!) Vorkenntnissen (z.B. telc-Prüfung B1 mit Note »Gut«) in kürzerer Zeit zum Goethe-Zertifikat B2. Am Ende des Kurses kann die Prüfung zum Goethe-Zertifikat B2 abgelegt werden.(Beratung erforderlich!)
(Regelmäßige Hausaufgaben!)
Achtung: Wegen der Prüfungstermine findet der Unterricht nach Absprache auch in den Ferien statt.
D62628 102 Ustd. 295,– €
ab 1.10.2012
Mo, Do, 18:00 – 21:30 Uhr
Evelyne Antomo

Goethe-Zertifikat C2 Neu
Das Goethe-Zertifikat C 2 Neu ist der höchste und anspruchsvollste Nachweis von Deutschkenntnissen weltweit.
Das Zeugnis des Goethe-Zertifikats C2 Neu wird an deutschen Hochschulen insbesondere auch für das Studium geisteswissenschaftlicher und fachverwandter Fächer als sprachliche Zugangsberechtigung anerkannt.
Das Zertifikat C2 Neu richtet sich an Lernende in Deutsch als Fremdsprache auf weit fortgeschrittenem Sprachniveau. Die große Mehrheit der Teilnehmenden legt die Prüfung C2 Neu aus beruflichen Gründen (Lehrberuf im In- und Ausland; Übersetzer; Dolmetscher u.v.m.) oder für den Erwerb der sprachlichen Hochschulzugangsberechtigung ab.
Die Prüfung C2 Neu besteht aus vier Modulen: Leseverstehen, Hörverstehen, schriftlicher Ausdruck (u. a. Analyse literarischer Texte) und mündlicher Ausdruck. Alle vier Module werden im Unterricht intensiv trainiert.
120 Unterrichtsstunden !
Die Prüfung kann vier Mal im Jahr abgelegt werden. Weitere Informationen hierzu erhalten Sie im Unterricht.

Achtung: wegen der Prüfungstermine wird vor den Prüfungsterminen nach Absprache mit den Teilnehmern auch an Samstagen unterrichtet.
(Der erste Kurs im Jahr 2013 beginnt am Montag, den 28.1.2013 mit der verbindlichen Literaturliste für das Kalenderjahr 2013.)
D62880 120 Ustd. 740,– €
30 Abende, ab 27.8.2012
Mo + Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Dr. Ursula Gerdes-Schwanitz

Information – Weiterbildung – Leseförderung – Angebote für Schulen

Bücher – Zeitschriften – Zeitungen – Noten – CDs – DVDs – Internet...

Stadtbibliothek Neugasse
Telefon (06 11) 31 23 81
Di–Fr 10–18, Sa 10–14 Uhr

Musikbibliothek Schillerplatz 1/2
Telefon (06 11) 31 20 84
Di, Do 12–18, Mi, Fr 10–16 Uhr

Fahrbibliothek
40 Haltestellen im Stadtgebiet

Stadtteilbibliotheken

www.wiesbaden.de/bibliotheken

Englisch
Informationen zur Sprachberatung Seite 88
Leitung: Harald Schott

Vormittagskurse

je 30 Ustd. = 15 × 90 Min.
Kursgebühr: € 95,– (10-15 TN)

Tuesday Morning Class (A2.1)
Konversation für leicht fortgeschrittene TeilnehmerInnen (Texte werden gemeinsam beschafft).
D63020 ab 4.9.2012
Di, 11:00 – 12:30 Uhr
Sonja Bode

Noels Tuesday Morning Class für Wiedereinsteiger B1
Fairway Refresher B1 (Klett) ab L. 5
Sie wollen Ihre früher erworbenen Englischkenntnisse in kurzer Zeit auffrischen und vertiefen … und dabei noch Spaß haben?
Dann ist dieser Kurs unter der Leitung von Noel D. Owens genau der Richtige für Sie!
D63021 ab 4.9.2012
Di, 11:00 – 12:30 Uhr
Noel Dominic Owens

Thursday Morning Class für Wiedereinsteiger B1/B2
LB: Next B1.2 (Hueber)
Sie haben schon einmal Englisch gelernt und möchten Ihre Kenntnisse weiter auffrischen. Auf fortgeschrittenem Niveau wollen wir Texte, Grammatik und allgemeine Konversation gemeinsam erarbeiten und ebenfalls eine leichte Lektüre lesen.
D63030 ab 6.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Aleksandra Elzbieta Wierzbicka

Friday Morning Class (A2/B1)
LB: Zeitungen und Texte
Englischpraxis für leicht fortgeschrittene Lerner/innen.(Beratung!)
D63040 ab 7.9.2012
Fr, 10:00 – 11:30 Uhr
Uta Will

Speak English! (B1)
Informal conversation practice for advanced learners.
D63070 ab 7.9.2012
Fr, 9:15 – 10:45 Uhr
Noel Dominic Owens

akademie
FÜR ÄLTERE

Unsere Englisch-Sprachzirkel

der Akademie für Ältere
je 30 Ustd. = 15 Vormittage
à 90 Min.
Kursgebühr: € 95,– (8-15 TN)

Englisch:
Wir fangen noch mal an … (A1.1)
Next A1 Starter/Student's Package (Hueber)
Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende ohne oder mit ganz geringenVorkenntnissen geeignet., Nutzen Sie unseren Beratungsservice!
D63092 ab 4.9.2012
Di, 10:30 – 12:00 Uhr
Anne Sadeghpour

Englisch:
Wir fangen noch mal an… (A1.3)
LB: Next A1 (Hueber) ab L. 9
Dieser Kurs ist genau das Richtige für Sie, wenn Sie früher schon einmal mit Englisch begonnen haben und Ihre Kenntnisse noch einmal von Grund auf erneuern möchten. (Beratung !)
D63093 ab 7.9.2012
Fr, 11:00 – 12:30 Uhr
Thomas Renziehausen

Englisch:
Wir fangen noch mal an …(A2.1)
Next A2.1(Hueber) ab L. 1
Dieser Kurs ist genau das Richtige für Sie, wenn Sie schon einmal mit Englisch begonnen haben oder Ihre Kenntnisse noch einmal fast von Grund auf erneuern möchten. (Beratung!)
D63095 ab 7.9.2012
Fr, 9:00 – 10:30 Uhr
Anne Sadeghpour

Englisch:
Wir sind wieder dabei… (B1.3)
English Elements 3(Hueber) ab L. 9
Wenn Sie leichte Vorkenntnisse haben, sind Sie hier richtig. (Beratung !)
D63096 ab 4.9.2012
Di, 9:00 – 10:30 Uhr
Anne Sadeghpour

Englisch: Wir sind immer noch dabei … (B1.3)
Next B1/1 (Hueber) ab L. 5
D63097 ab 7.9.2012
Fr, 11:30 – 13:00 Uhr
Uta Will

Englisch: Wir sind ja immer noch dabei… (B1.4)
Elements Extra Course (Hueber)
ab L. 3
D63098 ab 7.9.2012
Fr, 10:30 – 12:00 Uhr
Anne Sadeghpour

Englisch: Wir sind ja immer noch dabei (B1/B2)
In Conversation II(Klett)
D63100 ab 4.9.2012
Di, 9:00 – 10:30 Uhr
Noel Dominic Owens

It's time to talk…!
Wir reden und diskutieren … (A2/B1)
Listening and speaking practice for advanced learners.
D63101 ab 6.9.2012
Do, 11:00 – 12:30 Uhr
Noel Dominic Owens

Abendkurse A1 – B1

Evening Express English

allgemeinsprachlich
je 48 Ustd. (8 – 12 TN)
Gebühr: 175,– €

English A1.1
Next A1 Starter/Student's Package (Hueber)
Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende ohne jegliche Vorkenntnisse geeignet, denn auch bei nur geringen Vorkenntnissen lernen Sie schneller als Anfänger, die noch nie Englischunterricht gehabt haben, was sich dann nachteilig auf den Unterricht auswirkt. Nutzen Sie also unseren Beratungsservice!
D63110 ab 3.9.2012
Mo, Mi, 18:15 – 20:50 Uhr
Thomas Renziehausen

D63111 ab 26.11.2012
Mo, Mi, 18:50 – 21:25 Uhr
Marc Mehlhose

English A1.2
Next A1, Student's Package (Hueber)
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
Nach diesem Kurs sind Sie in der Lage vertraute, alltägliche Ausdrücke und ganz einfache Sätze zu verstehen und sich auf einfache Art zu verständigen, wenn Ihre Gesprächspartner langsam und deutlich sprechen.
D63120 ab 4.9.2012
Di + Fr, 17:45 – 20:00 Uhr
Bernd Altenheimer

D63121 ab 19.11.2012
Mo, Mi, 18:15 – 20:50 Uhr
Thomas Renziehausen

English A2.1
Next A2/1, Student's Package (Hueber)
Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (A1) geeignet. Nutzen Sie bitte unseren Beratungsservice!
D63130 ab 3.9.2012
Mo, Do, 18:30 – 21:05 Uhr
Hildegard A. Uebel

D63131 ab 20.11.2012
Di + Fr, 17:45 – 20:00 Uhr
Bernd Altenheimer

English A2.2
Next A2/2, Student's Package (Hueber)
Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen (A2.1)geeignet.
Nutzen Sie bitte unseren Beratungsservice!
Am Ende dieses Kurses können Sie sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen.
D63140 ab 4.9.2012
Di, Do, 18:30 – 21:05 Uhr
Aleksandra Elzbieta Wierzbicka

D63141 ab 12.11.2012
Mo, Do, 18:30 – 21:05 Uhr
Hildegard A. Uebel

English B1.1
Next B1/1 (Hueber)
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen entsprechend A2.
D63150 ab 3.9.2012
Mo, Mi, 17:45 – 20:00 Uhr
Bernd Altenheimer

D63151 ab 20.11.2012
Di, Do, 18:30 – 21:05 Uhr
Aleksandra Elzbieta Wierzbicka

English B1.2
Next B1.2 (Hueber) Unit 1 – 7
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen entsprechend B1.1.
Am Ende dieser Stufe können Sie die meisten alltäglichen Situationen sprachlich bewältigen.
D63161 ab 19.11.2012
Mo, Mi, 17:45 – 20:00 Uhr
Bernd Altenheimer

telc-Prüfung English A2 – B1 Vorbereitungskurs
Dieser Kurs bereitet u.a. direkt auf die skalierte telc-Prüfung Englisch A2-B1 vor.
Die Teilnahme an der Prüfung ist jedoch nicht obligatorisch.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D63170 ab 10.9.2012
Mo, Mi, 18:50 – 21:25 Uhr
Marc Mehlhose

Literatur als Hobby

Traum, Fiktion und Wirklichkeit – Englische Literatur des 19. Jahrhunderts

Ein großes Thema der englischen Romanliteratur im 19. Jahrhundert ist die Auseinandersetzung zwischen Vernunft und Phantasie. Das Seminar behandelt vier Texte, die dieses Spannungsfeld sichtbar machen.

Nähere Informationen Seite 23

D20120 ab 11.9.2012
D20130 ab 13.9.2012
Dr. Ulrike-Sofie Scholtz

Anfänge der amerikanischen Moderne II

Die amerikanischen Großstädte in den Romanen der Realisten

Die Geschichte Chicagos spiegelt die rasante Veränderung der amerikanischen Gesellschaft auf imposante Weise wider.

Nähere Informationen Seite 23

D20140 ab 22.8.2012
Christoph Lanzen

Lange Nacht der schottischen Poesie

Kultur und Kulinarik

Gebühr inklusive Wein, Oatcakes und schottischem Käse.

Nähere Informationen Seite 23

D20145 Fr, 5.10.2012, 19:00 Uhr
Iain Galbraith

Burns' Night

Supper zu Ehren des schottischen Nationaldichters

Preis inkl. Speisen und Getränken (inkl. 1 Whisky).

Nähere Informationen Seite 24

E20151 Fr, 25.1.2013, 19:00 Uhr
Rolf Keil, Helmine Rausch, Uwe Malzahn

Happy Birthday, Sherlock Holmes

Lesung und Vortrag mit Whisky-Probe

Nähere Informationen Seite 24

D20332 Sa, 24.11.2012, 19:00 Uhr
Dr. Karsten Eichner

Fitness-Center English A2, B1, B2

Sie haben schon Englischkenntnisse? Dann geben wir Ihnen hier den letzten Schliff, erweitern Ihre sprachliche Fitness durch gezielte Kurse und Übungen.

Brush-up Express English im Sommer B1

Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit soliden Grundkenntnissen der englischen Sprache (B1) geeignet und bietet Ihnen die Möglichkeit, diese aufzufrischen und zu festigen. Die mündliche Kommunikationsfähigkeit und das Hörverständnis werden besonders geübt. (Beratung !)
English Network Refresher B1 (Langenscheidt)
D63201 48 Ustd. 190,– €
ab 30.7.2012
Mo, Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Bernd Altenheimer

Yuken duit – English Grammar is Easy

Unglaublich, aber wahr…!
Die traditionelle Grammatik sieht die englische Sprache durch die Brille des Lateinischen; sie zwingt uns, Lateinisch zu denken – um Englisch sprechen zu können … und da fangen die Probleme an!
Die Lösung: Englisch aus der Sicht des Engländers betrachtet, da lichtet sich plötzlich der Dschungel zu einer ganz klaren Struktur, zu einem einfachen Baukasten ... mit *Yuken Duit* von Jo Wester.
D63206 24 Ustd. 120,– €
3 Samstage, ab 29.9.2012
Sa, 9:00 – 16:00 Uhr
Jo Wester

Brush up your Idioms and Phrasal Verbs! A2/B1

If you »haven't got a clue« (keine Ahnung) and »get into a flap« (in heller Aufregung sein) when you hear things like: put up, put off, put in, cough up, pay out, drop out, drop in, chat up, pick up and clear off – then don't freak out (ausflippen) – find out their meanings on this short course and be »in the know« (Bescheid wissen) and not »in the dark« (im Dunkeln tappen). Don't miss out (verpassen), just show up (erscheinen)!
D63207 8 Ustd. 49,– €
4 Abende, ab 20.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Noel Dominic Owens

Anwendung und Konversation A2/B1/B2

A Royal Romance. New (B1/B2)

2 Konversationsabende für den heimlichen Royalisten in Dir…!
(One woman, a rainy day in 1952, and forty million tea-drinkers – the beginning of a long, long love affair….). This year, Her Majesty the Queen, Elisabeth II, celebrates 60 glorious years on the throne. Take this unique, once-in-a-lifetime opportunity to explore the following fascinating themes:
– Who is this woman?
– What are her interests?
– Where does she live?
– How can you contact her?
– How should you greet her?
– The Queen and fashion…
– Her daily routine.
– Her Majesty's family.
– And … where do her dogs sleep?…

Interested? Want to know more? Together we will reveal a strange world of butlers, baronets, crowna, corgis, aristocrats, walkabouts, hand waving- and listen to the whispering walls of palace intrigue and servant gossip…
Tea and biscuits will also be served at this royal event!
D63240 4 Ustd. 25,– €
2 Abende, ab 6.11.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Noel Dominic Owens

Five o'clock Tea with Thomas (B1)

Your English is not really fluent? Would you like a cup of tea and practise your English without stress in a relaxed atmosphere ? Then come and join us! Let's get talking ! (Beratung!)
D63241 20 Ustd. 95,– €
10 Abende, ab 21.9.2012
Fr, 17:00 – 18:30 Uhr
Thomas Renziehausen

Urgently required: Talkaholics (B1)

(English conversation course for people who just can't stop …)
We are currently seeking 6-12 very talkative people, aged between 16-120 years, who want to improve their English speaking skills (listening optional). You enjoy socializing in a learner-friendly atmosphere and like to chat, converse and gossip about culture, music, fashion and literature, e.g. anything and everything!
A minimum of 1–2 years tea/coffee drinking experience is preferable, but not essential, as further training will be provided on the course.
If you think you meet the above requirements contact us A.S.A.P. (as soon as possible).
D63244 20 Ustd. 100,– €
10 Abende, ab 13.9.2012
Do, 18:15 – 19:45 Uhr
Noel Dominic Owens

How to survive in Canada…. (B1)

Conversation Class
Learn and discuss about cultural differences, social (do's and don'ts) behaviours, attitude and awareness exercises/activities to make your stay in Canada more comfortable. A course for those wishing to work, live there or visit Canada with a intermediate english grounding. B1 level is recommended.
D63245 20 Ustd. Eintritt frei
10 Abende, ab 28.9.2012
Fr, 18:30 – 20:00 Uhr
Anthony Tinglin

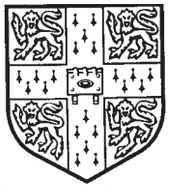
The Power Of Persuasion B2/C1

A new course designed to improve your debating skills (advanced learners)
Do you
– want to practise and develop your speaking skills?
– enjoy lively debates about a wide range of subjects?
– want to express your ideas clearly, confidently and effectively?

In today`s fast-moving, dynamic, globalising world the demand for good English speaking skills is increasing with each passing day. Don´t get left behind! Get into the fast lane (Überholspur)! Be at the cutting edge! Cultivate and refine your speaking skills by: debating, discussing, arguing, agreeing, disagreeing, comparing, contrasting, highlighting, questioning, reflecting, deflecting, using body language, facial expressions, gesticulations and the tone of your voice.
Have I persuaded you to join this course? Come on, the words are waiting at the tip of your tongue for a verbal work-out!)
(Verlängerung möglich!)
D63247 20 Ustd. 100,– €
10 Abende, ab 25.10.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Noel Dominic Owens

English Conversation for All (B2/C1)
In this course we will discauss both general and business-related topics, and of course, topics, which are of interest to you, the participants. As a basis for discussion we will use various articles and texts, as well as your own ideas.
If you have a good, general command of English (B2) and want to improve your speaking skills, then take this course!
D63248 20 Ustd. 100,– €
10 Abende, ab 19.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Anne Sadeghpour

Weiterführende Kurse B2, C1, C2 Allgemeinsprachlich

First Cambridge Certificate FCE (B2)

LB wird noch bekanntgegeben. This course is primarily designed to prepare you for this widely accredited certificate. All aspects of your written and oral proficiency will be practised. Participants should have the European Language Certificate or equivalency. (Beratung!)
Der Kurs wird als Jahreskurs durchgeführt. Achtung: Wegen der Prüfungstermine wird möglicherweise nach Absprache auch an Ferien- oder Feiertagen unterrichtet. Die Prüfung findet am Ende des Kurses statt.
Prüfung: Juni 2013
D63450 120 Ustd. 580,– €
31 Abende, ab 19.9.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Dorothy Robinson-Manthey

FCE, Fortsetzung
Dieser Kurs wurde im Februar begonnen und bereitet jetzt unmittelbar auf die Prüfung vor.
Prüfung: Dezember 2012
C63450 seit 16.2.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Restgebühr: € 299,–
(nur für neue TN)
Chaturvela Sastry

Certificate in Advanced English CAE (C1)
CAE Gold Plus Coursebook, (Pearson/Longman) +
CAE Practice Test Plus, (Pearson/Longman)
This course is especially designed to meet the needs of learners at post-First certificate level. The CAE indicates a high level of competence for candidates entering, or already in the working world. It is also designed to encourage the development of the skills required to progress towards the Certificate of Proficiency (CPE). This course is suitable for all post-First Certificate level students, whether they are preparing for the CAE-Examination or aiming to improve and extend their English (Beratung!) .
Prüfung: Juni 2013
D63460 120 Ustd. 580,– €
30 Abende, ab 12.9.2012
Mi, 18:15 – 21:15 Uhr
David Baker

Certificate of Proficiency in English, CPE (C2)
Unterrichtsmaterial wird noch bekanntgegeben.
The CPE is a widely-recognised qualification and shows employers and international organisations that a high standard of spoken and written English has been achieved. Similarly, many institutions and universities require the certificate as a proof that students will be able to follow their courses.
In this course listening, speaking, reading and writing will all be practised at a high level and in a small group. We will also work on improving techniques to pass the examination. The examination is optional, and participants who do not wish to take the test are also welcome.
Voraussetzung: Gute Kenntnisse entsprechend C1
Prüfung: Juni 2013
D63470 108 Ustd. 625,— €
27 Abende, ab 27.9.2012
Do, 18:15 – 21:15 Uhr
David Baker

English for Professionals

Fundierte Englischkenntnisse sind heute für eine qualifizierte berufliche Tätigkeit unverzichtbar. Unser modernes, berufsprachliches Angebot orientiert sich an den Bedürfnissen der Berufswelt und der zukünftigen Arbeitsmärkte. In unseren Sprachtrainings erwerben Sie nicht nur Sprachkenntnisse, sondern auch das für Ihre beruflichen Kontakte notwendige interkulturelle know how.

Evening Express English for the Job A1-B1
je 48 Ustd. = 13 Abende
Kursgebühr: € 205,– (6 – 12 TN)
In diesem Kurssystem erlernen und üben Sie die englische Sprache in beruflichen Situationen.

English for the job A1.2
LB: Intelligent Business Elementary, Course Book and Workbook (Pearson/Longman)
Für Einsteiger/innen mit leichten Vorkenntnissen (Beratung)
In diesem Kurssystem erlernen und üben Sie die englische Sprache in beruflichen Situationen.
D63510 ab 18.9.2012
Di + Fr, 18:30 – 21:15 Uhr
Virginia Hock-Miller

English for the job A2
Intelligent Business Elementary, Course Book and Workbook (Pearson/Longman) ab L. 8
Für Einsteiger/innen mit leichten Vorkenntnissen (Beratung)
In diesem neuen Kurssystem erlernen und üben Sie die englische Sprache in beruflichen Situationen.
D63511 ab 20.11.2012
Di + Fr, 18:30 – 21:15 Uhr
Virginia Hock-Miller

Present Yourself! (B1/B2)
Short talks and Presentations
Dou you want to …
– express ideas and information clearly and concisely?
– feel more confident in the folliowing contexts and situations: meeting – informal talks – team meetings – presentations – short talks – conferences – seminars?
Then let's look an this and work on it together! On this course you'll have the opportunity to select relevant, work-related themes and break them down into one-minute, two-minute (and-so-on) chunks to improve your confidence and develop you presentation skills. You'll get a chance to stand up, move around and practise talking, asking and answering questions and to famiarise yourself more and more with speaking in front of other people.
The audiences are just waiting to reward you with standing ovations!
D63515 10 Ustd. 70,– €
5 Abende, ab 18.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Noel Dominic Owens

Business English Certificate BEC 3 (C1) (Cambridge)
This course is designed for candidates who have already acquired or are acquiring business and/or office skills up to Middle Management Level and who have reached a level of English corresponding to the FCE or the European Language Certificate English for Business Purposes. The aim is to enable the learner to function efficiently in an office/business where English is used.
Prüfung: Juni 2013
Teilnahme nur nach Sprachberatung!
D63530 120,00 Ustd. 680,– €
30 Abende, ab 19.9.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Virginia Hock-Miller

English for Finance Professionals B2/C1 New!
Kleingruppe – Premiumkurs (Interessentenliste)
This course is geared toward finance professionals in the processing and services industries with a general understanding of the English language. A CEF level of B1 or better is recommended for successful participation. Texts are not excessively complex, yet conversation, listening exercises and homework demand a solid verbal and written understanding of the target language. The aim is to transport a fundamental understanding of the topics below. Any topic could also be chosen to be handled in greater detail.

Topics: The Finance Function in a Nutshell – Legal Organizational Forms and the Financial Marketplace – Fundamentals of Financial Management – The Time Value of Money Essential Concepts – Evaluation of Financial Performance – Financial Forecasting – Analysis of Risk and Return – Leverage and Risk Analysis – The Cost of Capital – International Financial Management – Corporate Restructuring – Securities Market – How Securities are Traded – Stocks – Bonds – etc.
Interessiert?
Dann lassen Sie sich bitte in die Interessentenliste eintragen. Bei genügender Teilnehmerzahl richten wir Ihnen gerne einen Kurs ein.
D63552I 40,00 Ustd. 485,– €
15 Abende, auf Anfrage
Aleksander Kuntz

Bildungsurlaub Englisch

Superlearning

Intensivkurse
5 Tage lang lernen Sie ganztägig eine Fremdsprache – nach unserer erfolgreichen Superlearning-Methode mit Hilfe unseres erfahrenen SuggestopädInnen-Teams.
8 (!) Unterrichtsstunden amTag sprechen Sie nur in der Fremdsprache und üben die erworbenen Kenntnisse in Rollenspiel, Diskussion und Gespräch.
jeweils 40 Ustd. = Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Kursgebühr: € 265,–
(inkl. Lehrmaterial)

Superlearning English Pre-Intermediate (A2)
D63692BU ab 5.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Anne Sadeghpour

Superlearning English Intermediate (B1)
D63693BU ab 26.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Anne Sadeghpour

Brush up your Communication Skills! B1
Sie haben in der Schule ca. 6 Jahre lang Englisch gelernt, lesen auch öfter Texte in englischer Sprache, fühlen sich aber im freien Gespräch unsicher? Dann ist dieser Kurs das richtige für Sie!
In entspannter Atmosphäre frischen wir den Wortschatz für häufig vorkommende Situationen im Alltag, auf Reisen oder im Small Talk mit Kolleginnen und Kollegen auf, ergänzen, erweitern und wenden ihn in Diskussion und Rollenspiel an. Auch Ausspracheübungen sind Bestandteil des Programms. Unser Programm läßt auch noch Raum für individuelle Wünsche. Der Kurs kann u.a. als sinnvolle Fortsetzung zum eher grammatikorientierten »Brush-up your Basics« gebucht werden.
Beratung erforderlich
D63696BU ab 10.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Susanne Daum

Superlearning »Let's talk business!« (B1) Wirtschaftsenglisch für Fortgeschrittene
A course for intermediate/upper-intermediate
Refresh your English in a one-week intensive course. Speak English in a relaxed atmosphere in a small group. Practise your listening, learn more about small talk, phrases for meetings, job interviews, discussions, telephoning and other business topics. Expand your business-related vocabulary and brush up your grammar.
Requirements: You should have a good basic knowledge of English (e.g. B1- level). (Beratung!)
D63697BU ab 3.12.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
David Baker

junge vhs

Sprachkurse für Vor- und Grundschulkinder

Gemeinsam entwerfen wir eine Fantasiewelt, in der uns Elfen Kobolde und andere Fabelwesen mit der »Englischen Sprache« vertraut machen.
Viel Spaß dabei!
Bitte mitbringen: Malstifte, Bastelschere und Klebestift.

Die Anmeldung für »neue« Kinder ist erst nach dem Info-Treff am Donnerstag, den 13.9.2012, 16:00 Uhr, vhs-Haus A, Raum A-113 möglich. Ich berate Sie gerne und stelle Ihnen meine Unterrichtsmethode vor.
10 Nachmittage à 60 Min.
Gebühr: 100,– €
Gruppengröße: 6 – 10 Kinder

Englisch für Vorschulkinder (4 – 6 Jahre)
»Harry and Friends« – das kleine Gespenst lebt mit seiner Familie in einem alten Schloss im Norden Englands. Bald ist »Halloween« – und Harry kann immer noch nicht richtig spuken…
Lasst euch einfach mal überraschen!
Bitte Malstifte, Bastelschere und Klebestift mitbringen!
D978011 ab 20.9.2012
Do, 15:00 – 16:00 Uhr
Ute Schwärzel

Spielerisch Englisch lernen für Schulkinder (ab 7 Jahre)
»What's up?«
Für Schulkinder mit Grundkenntnissen: Englisch lernen ohne Grammatik pauken und Vokabelstress! Selbständiges Lernen und Entdeckerfreude stehen im Vordergrund. Viel Spaß dabei!
Bitte Malstifte, Bastelschere und Klebestift mitbringen!
D978012 ab 20.9.2012
Do, 16:00 – 17:00 Uhr
Ute Schwärzel

Wichtiger Hinweis:
Bitte geben Sie Ihr Kind direkt bei der Lehrerin ab und holen Sie es dort auch wieder ab! Bleiben Sie bitte während des Unterrichts in der Nähe, falls Ihr Kind Sie braucht!

Qualitätstestierung
der Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Die vhs Volkshochschulen

Die Volkshochschule Wiesbaden ist mehrfach qualitätstestiert:

Seit dem 27.04.2005 (bis zum 25.08.2013) nach LQW
Lernerorientierte Qualitätstestierung in der Weiterbildung

Seit dem 23.05.2005 nach
Weiterbildung Hessen e.V.

Seit dem 22.04.2008 nach AZWV
Anerkennungs- und Zulassungsverordnung Weiterbildung
Damit ist die Volkshochschule Wiesbaden e.V. ein zugelassener Träger für die Förderung der beruflichen Weiterbildung nach dem Recht der Arbeitsförderung.

Seit dem 02.12.2008 nach Ökoprofit
ausgezeichnet für die Standorte Biebricher Allee 42 und Alcide-de-Gasperi-Straße 4/5

zertifiziert nach AZWV
2008-AZWV-1002

Seit dem 21.5.2007 durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) für die Durchführung der Zusatzqualifizierung Deutsch als Zweitsprache für Lehrkräfte in Integrationskursen akkreditiert.

Beim Institut für Qualitätssicherung (IQ) des Landes Hessen als Träger für Lehrerfortbildungsangebote akkreditiert.

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Französisch
Informationen zur Sprachberatung Seite 88
Leitung: Anja C. Weber

Vormittagskurse A1 – A2

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Französisch macht Spaß A1 Teil 1
Nur Mut……! Französisch macht (doch) Spaß…! Dieser zweiteilige Kurs ist für AnfängerInnen geeignet, aber auch für Sie, wenn Sie die französische Sprache noch einmal von vorne wiederentdecken möchten. Unkompliziert und leicht entdecken Sie die französische Sprache und lernen alles, was man braucht, um sich in wichtigen Alltagssituationen zu verständigen.
… à bientôt, ich freue mich auf Sie!
Französisch für den Urlaub A1 (Klett) L. »en ville« 1-4 und »dans la nature« 1 – 2.
D70010 ab 7.9.2012
Fr, 9:30 – 11:00 Uhr
Juliane Alke

Französisch macht Spaß A1 Teil 2
Nur Mut…! Französisch macht (doch) Spaß…! Dieser Kurs ist für AnfängerInnen mit geringen Vorkenntnissen geeignet, aber auch für Sie, wenn Sie die französische Sprache noch einmal fast von vorne wiederentdecken möchten. Unkompliziert und leicht entdecken Sie die französische Sprache und lernen alles, was man braucht, um sich in wichtigen Alltagssituationen (wie z.B. Einladungen, Zug, Reservierungen und Buchungen, Smalltalk, Touristeninformation) zu verständigen.
… à bientôt, ich freue mich auf Sie !
Französisch à la carte (Klett) L. 6 – 10
Übrigens, nach diesem Kurs können Sie mit dem Kurs Französisch A1.2 weiterlernen.
D70011 ab 6.9.2012
Do, 10:30 – 12:00 Uhr
Catherine Lhomoy-Pfeil

Französisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
»J'aime…« heißt unser erstes Kapitel mit Themen wie Freizeitaktivitäten, Ferienberichte, Fernsehen oder Orientierung in einer Stadt. In einem modernen kommunikativen Kurs und gestuftem Übungsprogramm lernen Sie Französisch mit Spaß.
Perspectives A1 (Cornelsen) L. 4 – 6
D70023 ab 6.9.2012
Do, 9:00 – 10:30 Uhr
Catherine Lhomoy-Pfeil

Französisch A1.3
Perspectives A1 (Cornelsen) L. 7 – 9
D70024 ab 5.9.2012
Mi, 11:00 – 12:30 Uhr
Catherine Lhomoy-Pfeil

Französisch A1.4
Perspectives A1 (Cornelsen)
L. 10 – 12
D70025 ab 6.9.2012
Do, 11:00 – 12:30 Uhr
Marie-Thérèse Walz-Damidaux

Parlons!
Französisch lernen macht (doch) Spaß! Wenn Sie früher schon einmal Französisch gelernt haben, diese Kenntnisse in lockerer Atmosphäre auffrischen und dabei französische Lebensart entdecken möchten, dann sollten Sie in den Kursen auf A2-Niveau den Versuch wagen.
Ganz praktisch und spielerisch werden Sie wieder an die französische Sprache herangeführt und können sie in Alltag und Urlaub anwenden. (Beratung!)

Französisch A2.1
Perspectives A2 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 1 – 3
D70031 ab 7.9.2012
Fr, 11:00 – 12:30 Uhr
Juliane Alke

Französisch A2.2
Perspectives A2 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 4 – 6
D70032 ab 13.9.2012
Do, 11:00 – 12:30 Uhr
Nicole Fischer-Ouvry

Vormittagskurse B1 – C1

Sie haben schon gute Grundkenntnisse? Dann geben wir Ihnen hier den letzten Schliff, erweitern Ihre sprachlichen Fähigkeiten durch gezielte Übungen und Anwendung! Nutzen Sie unseren Beratungsservice!
je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Französisch B1.1
Perspectives B1 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 1 – 3
D70034 ab 5.9.2012
Mi, 9:15 – 10:45 Uhr
Catherine Lhomoy-Pfeil

Französisch Wiederholungskurs B1
Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen.
Révision de la grammaire et enrichessement du vocabulaire à l'aide d'articles de journaux, de nouvelles et de chansons. (Beratung !)
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70040 ab 11.9.2012
Di, 9:15 – 10:45 Uhr
Nicole Fischer-Ouvry

Französisch B1
Révision de la grammaire, enrichessement du vocabulaire et lecture de textes incitant à la discussion. (Beratung!)
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D70042 ab 13.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Nicole Fischer-Ouvry

Bienvenue B1.2
Ce cours comprend une partie conversation (ou débat sur un thème d'actualité), une partie révision de la grammaire et une partie lecture ou exposé.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70043 ab 5.9.2012
Mi, 11:00 – 12:30 Uhr
Marie-Thérèse Walz-Damidaux

Französisch B1.4
Für alle Teilnehmenden geeignet, die ihre erworbenen Kenntnisse auffrischen und erweitern wollen.
Niveau B1 erforderlich. Ein Besuch der Sprachberatung ist empfehlenswert.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70044 ab 3.9.2012
Mo, 11:00 – 12:30 Uhr
Marie-Thérèse Walz-Damidaux

Prüfungsvorbereitung telc Français B1/B2
Die Teilnahme an der Prüfung ist nicht obligatorisch.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70050 ab 6.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Marie-Thérèse Walz-Damidaux

Französisch B2.3
Dans ce cours, nous attacherons d´une part de l´importance à la langue parlée quotidiennement et d´autre part à la lecture de textes actuels, sur lesquels nous débattrons dans une atmosphère relaxée. Nous compléterons par des exercices de grammaire selon la nécessité.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70051 ab 3.9.2012
Mo, 9:15 – 10:45 Uhr
Marie-Thérèse Walz-Damidaux

Bienvenue B2/C1
Ce cours vous donne la possibilité de »faire causette« dans un cadre agréable. En outre vous y révisez la grammaire de base systématiquement et faites des lectures sur des textes de difficulté moyenne.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70060 ab 5.9.2012
Mi, 9:15 – 10:45 Uhr
Marie-Thérèse Walz-Damidaux

Französisch C1
Nous lisons des romans contemporains (par exemple des prix Goncourt) et nous en discutons.
D70061 30,00 Ustd. 95,– €
15 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 11:00 – 12:30 Uhr
Marie-Françoise Schmitt-Chandon

Cercle de littérature C1
Nous étudions des romans contemporains et nous en analysons le contexte historique et culturel.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70062 ab 5.9.2012
Mi, 9:15 – 10:45 Uhr
Marie-Françoise Schmitt-Chandon

Conversations philosophiques C1
Comment trouver des repères et comment »bien« agir dans un monde qui devient de plus en plus difficile à comprendre? Nous lisons ensemble de courts textes philosophiques qui peuvent éclairer nos propres réflexions.
D70063 ab 5.9.2012
Mi, 11:00 – 12:30 Uhr
Marie-Françoise Schmitt-Chandon

Table Ronde C1
Pour participants ayant un très bon niveau en français parlé.
Conversation sur des thèmes d'actualité, nous ne faisons pas de grammaire!
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70064 ab 11.9.2012
Di, 11:00 – 12:30 Uhr
Nicole Fischer-Ouvry

Table Ronde l'après-midi C1
Sprachkurs der Akademie für Ältere
Pour participants ayant un très bon niveau en français parlé.
Conversation sur des thèmes d'actualité, nous ne faisons pas de grammaire!
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70065 ab 11.9.2012
Di, 15:00 – 16:30 Uhr
Nicole Fischer-Ouvry

Niveau	Niveaustufen Französisch
C2	-
C1	C1
B2	B2.1, B2.2, B2.3, B2.4
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4
A2	A2,1, A2.2, A2.3, A2.4
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4
Information s. S. 89	

Abendkurse A1 – B1

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Französisch macht Spaß A1 Teil 1
Nur Mut…! Französisch macht (doch) Spaß…! Dieser zweiteilige Kurs ist für AnfängerInnen geeignet, aber auch für Sie, wenn Sie die französische Sprache noch einmal von vorne wiederentdecken möchten. Unkompliziert und leicht entdecken Sie die französische Sprache und lernen alles, was man braucht, um sich in wichtigen Alltagssituationen (wie z.B. im Hotel, Restaurant, Bus und Metro, Probleme im Alltag, Einkaufen) zu verständigen.
… à bientôt, ich freue mich auf Sie!
Französisch für den Urlaub A1 (Klett) L. »en ville« 1-4 und »dans la nature« 1 – 2.
D70310 ab 3.9.2012
Mo, 19:45 – 21:15 Uhr
Evelyne Lions-Herzfeld

Französisch macht Spaß A1 Teil 2
Nur Mut…! Französisch macht (doch) Spaß…! Dieser Kurs ist für AnfängerInnen mit geringen Vorkenntnissen geeignet, aber auch für Sie, wenn Sie die französische Sprache noch einmal fast von vorne wiederentdecken möchten. Unkompliziert und leicht entdecken Sie die französische Sprache und lernen alles, was man braucht, um sich in wichtigen Alltagssituationen (wie z.B. Einladungen, Zug, Reservierungen und Buchungen, Smalltalk, Touristeninformation) zu verständigen.
… à bientôt, ich freue mich auf Sie !
Französisch à la carte (Klett) L. 6 – 10
Übrigens, nach diesem Kurs können Sie mit dem Kurs Französisch A1.2 weiterlernen.
D70311 ab 3.9.2012
Mo, 18:15 – 19:45 Uhr
Evelyne Lions-Herzfeld

Neu: Französisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Perspectives A1 (Cornelsen) L. 1 – 3
D70320 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
N.N.

Parlons!
Französisch lernen macht (doch) Spaß! Wenn Sie früher schon einmal Französisch gelernt haben, diese Kenntnisse in lockerer Atmosphäre auffrischen und dabei französische Lebensart entdecken möchten, dann sollten Sie in den Kursen auf A2-Niveau den Versuch wagen.
Ganz praktisch und spielerisch werden Sie wieder an die französische Sprache herangeführt und können sie in Alltag und Urlaub anwenden. (Beratung!)

Französisch A2.1
Perspectives A2 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 1 – 3
D70330
ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Catherine Lhomoy-Pfeil

Französisch A2.2
Perspectives A2 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 4 – 6
D70331 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Evelyne Lions-Herzfeld

Französisch A2.3
Perspectives A2 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 7 – 9
D70332 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Evelyne Lions-Herzfeld

Französisch B1.1
Perspectives B1 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 1 – 3
D70334 ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Catherine Lhomoy-Pfeil

Konversations- und Wiederholungskurs B1.2
Sie haben schon lange nicht mehr Französisch mehr gesprochen? Keine Gelegenheit? Dabei hat es Ihnen immer viel Spaß gemacht! Warum nicht wieder anfangen? In netter Runde sprechen wir über Aktuelles, lesen Auszüge aus französischer Literatur und diskutieren darüber, hören gelegentlich ein neues Chanson und verbessern dabei auch Ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisee.
Bienvenue au cours!
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70380 ab 13.9.2012
Do, 17:00 – 18:30 Uhr
Gerda Schwenzer

Abendkurse kompakt A1 – B1

je 24 Ustd. = 7(8) × 155 (135) min.
(6 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Französisch Kompakt A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Perspectives A1 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 1 – 3
D70410 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 21:05 Uhr
Julia Maglione

Französisch Kompakt A1.2
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Perspectives A1 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 4 – 6
D70411 ab 12.11.2012
Mo, 18:30 – 21:05 Uhr
Julia Maglione

Französisch Kompakt A1.3
Perspectives A1 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 7 – 9
D70413 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 21:05 Uhr
Julia Maglione

Französisch Kompakt A1.4
Perspectives A1 – Neue Ausgabe (Cornelsen) L. 10 – 12
D70414 ab 13.11.2012
Di, 18:30 – 21:05 Uhr
Julia Maglione

Le Client est roi ab A2.4/B1
Ein Kompaktkurs für Fortgeschrittene
Dans ce cours ce sont les participants qui ont le pouvoir de décision… Vous venez au cours comme si vous faisiez vos courses au supermarché avec votre chariot rempli d'idées, et moi j'organise les soirées selon vos demandes. Les participants sont rois, c'est vous qui choisissez le programme du cours!
Toutes vos idées sont la bienvenue.
D70481 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Juliane Alke

D70482 ab 20.11.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Juliane Alke

Französisch für den Beruf

Französisch für den Beruf/ Français des Affaires B1
Dieser Kurs wendet sich an Teilnehmende, die Grundkenntnisse auf A2/B1 besitzen und die französische Sprache zur Verwendung im beruflichen Alltag weiterlernen möchten. Angesprochen sind Berufstätige aller Branchen aus Gewerbe, Industrie und Dienstleistung, sowie Auszubildende. Der Kurs vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten für den persönlichen, telefonischen und schriftlichen Umgang mit Kundinnen/ Kunden und Geschäftspartner/innen. Neben den Themen am Arbeitsplatz behandeln wir auch Themen von allgemeinem Interesse für den wichtigen Bereich des »Smalltalks« auf Französisch.
Bei uns haben Sie die Möglichkeit, nach diesem Kurs das Zertifikat »telc Français B1 pour la Profession« abzulegen.
Vocabulaire progressif du francais des affaires. Niveau intermédiaire (Klett/CLE)
D70490 20,00 Ustd. 125,– €
6 Samstage, ab 6.10.2012
Sa, 9:30 – 12:00 Uhr
Evelyne Lions-Herzfeld

Bildungsurlaub Französisch

Superlearning-Intensivkurse Französisch
5 Tage lang lernen Sie ganztägig eine Fremdsprache – nach unserer erfolgreichen Superlearning-Methode mit Hilfe unseres erfahrenen SuggestopädInnen-Teams.
8 (!) Unterrichtsstunden am Tag sprechen Sie nur in der Fremdsprache und üben die erworbenen Kenntnisse in Rollenspiel, Diskussion und Gespräch. (max 12 TN)
jeweils 40 Ustd. = Mo – Fr,
9:00 – 16:00 Uhr
Kursgebühr: 265,– €
(inkl. Lehrmaterial)

Superlearning Französisch Anfangsstufe A1 BU
Dieser Kurs ist für echte AnfängerInnen oder InteressentInnen mit ganz geringen Vorkenntnissen geeignet. Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
D70500BU ab 22.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Marie-Magalie Alphonse-Manns

F70500BU ab 8.7.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Marie-Magalie Alphonse-Manns

Superlearning Französisch für WiedereinsteigerInnen A2 BU
Dieser Kurs wendet sich an alle Teilnehmenden, die (auch vor langer Zeit) französische Grundkenntnisse erworben haben. Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
Der Kurs bietet eine Auffrischung dieser Kenntnisse im konkreten Umgang mit der französischen Sprache in Situationen des Alltags (z.B. im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen, sich in einer Stadt zurechtfinden, über Hobbys und Familie sprechen und viel mehr) und für berufliche Zwecke.
E70510BU ab 7.1.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Marie-Magalie Alphonse-Manns

F70510BU ab 21.10.2013
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Marie-Magalie Alphonse-Manns

Superlearning Französisch B1 BU
Dieser Kurs richtet sich an alle, die schon über gute Grundkenntnisse in Französisch verfügen und diese ausbauen wollen. Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
Der Kurs bietet praxisbezogene Sprechanlässe, die Ihnen helfen, sich in Frankreich oder französischsprachigen Ländern noch sicherer zu fühlen. Authentische und aktuelle Materialien vermitteln Ihnen nicht nur die französische Sprache, sondern gleichzeitig Landeskunde und französische Alltagskultur. Redonner du punch à votre français pendant une semaine, refaites connaîssance avec le français en petit groupe dans une atmosphere de détente!
E70520BU ab 2.4.2013
Di-Sa, 9:00 – 16:00 Uhr
Marie-Magalie Alphonse-Manns

Wein und Käse aus Frankreich

Kennen Sie den Witz? Es gibt nur zwei Dinge, die Gott nicht weiß: Wie viele Frauenorden existieren und wie viele Käsesorten es in Frankreich gibt. Die Kombination »Käse und Wein aus Frankreich« ist seit Jahren ein Klassiker, an diesem Abend wollen wir uns auf einige Sorten konzentrieren und dazu den passenden Wein finden. Wir laden Sie auf eine kulinarische Rundreise durch Frankreich ein. Wir werden leckere Käsesorten verkosten mit den dazu passenden Weinen! Neben den berühmten Regionen Champagne, Loire und Burgund wird es auch einige Abstecher in weniger bekannte Gegenden geben – lassen Sie sich überraschen!
Gebühr inklusive Weinen und Käse.
D27155 49,– €
1 Abend, 9.11.2012
Fr, 18:00 – 21:00 Uhr
Gregor Mathey,
IHK-geprüfter Sommelier

Wussten Sie schon,

dass die Volkshochschule Wiesbaden **das (Sprach-)Prüfungszentrum der Region ist?**
Im Jahr 2010 haben 1250 (!) Kandidat(inn)en an 82 Prüfungen teilgenommen, z.B. an den telc-Prüfungen Français A2-B2, Français pour la Profession B1, Français A2/B1 école, Italiano A2-B2, Português B1, Español B1, English B1/B2, English B1/B2 Business, an den Cambridge-Prüfungen FCE, CAE und BEC 3, Swedex A2/B1, sowie an vielen Deutsch-Prüfungen und am Einbürgerungstest. Allein am Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) haben ca. 460 Kandidat(inn)en teilgenommen. Fast genauso viele Kandidat(inn)en, nämlich 413, haben den Einbürgerungstest mitgemacht.

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/ innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Niveau	Niveaustufen Französisch
C2	-
C1	C1
B2	B2.1, B2.2, B2.3, B2.4
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4
A2	A2,1, A2.2, A2.3, A2.4
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4

Information s. S. 89

Italienisch
Informationen
zur Sprachberatung Seite 88
Leitung: Anja C. Weber

Vormittagskurse A1 – B1

je 30 Ustd. = 15 × 90 Min. (8 – 15 TN)
Kursgebühr: € 95,–

Italienisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Insieme A1 (Cornelsen) L. 1 – 4
D71010 ab 5.9.2012
Mi, 9:00 – 10:30 Uhr
Mechthild Mandelka

Italienisch A1.3
Insieme A1 (Cornelsen) L. 8 – 10
D71030 ab 5.9.2012
Mi, 9:00 – 10:30 Uhr
Dr. Jutta Mödlhammer-Zöller

Italienisch A2.3
Sprachkurs der Akademie für Ältere
Allegro A2 (Klett) L. 8 – 10
D71050 ab 3.9.2012
Mo, 10:30 – 12:00 Uhr
Dr. Simona Giannecchini

Italienisch A2
Sprachkurs der Akademie für Ältere
Voglia di parlare italiano?
Sie suchen eine Gelegenheit, Ihre Italienischkenntnisse zu festigen und zu verbessern? Allora benvenuti al nostro corso! Wir machen Übungen zur Erweiterung des Vokabulars, wiederholen Grammatik, und vor allem unterhalten wir uns über verschiedenste Themen.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71060 ab 5.9.2012
Mi, 10:30 – 12:00 Uhr
Dr. Jutta Mödlhammer-Zöller

Italiano ma piano A2
Sie haben bereits Italienisch gelernt und möchten Ihr Wissen in lockerer Atmosphäre auffrischen? Mit Konversation, interessanten Themen, ein wenig Grammatik und vor allem viel Spaß erweitern und festigen Sie Ihre Kenntnisse.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71070 ab 10.9.2012
Mo, 9:00 – 10:30 Uhr
Dr. Jutta Mödlhammer-Zöller

Italienisch B1.2
Allegro 3 (Klett) L. 5 – 7
D71110 ab 4.9.2012
Di, 10:45 – 12:15 Uhr
Andrea Huiskes

In italiano per piacere! B1
Corso di conversazione in cui ripetiamo anche la grammatica e facciamo esercizi di vocabolario.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71130 ab 10.9.2012
Mo, 10:30 – 12:00 Uhr
Dr. Jutta Mödlhammer-Zöller

Parliamo Italiano ab B1
Genug von Grammatik und langweiligen Übungen? Hier sprechen Sie wirklich! Mit interessanten Themen aus Italien, Rollenspielen und Gruppenarbeit macht die italienische Konversation richtig Spaß.
Niveau: leicht fortgeschritten bis fortgeschritten.
Ne avete abbastanza di grammatica e noiosi esercizi? Qui finalmente si parla! Con interessanti letture, giochi e lavori di gruppo la conversazione in italiano è un vero divertimento.
Livello: medio-avanzato.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
(6 – 12 TN) 24,00 Ustd.
D71131 ab 6.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Claudia Iacobelli

Giro d'Italia ab B1
Lettura – conversazione – ripasso grammaticale
Andando »Qua e là per l'Italia« apprendiamo molte cose interessanti delle regioni italiane. Geografia, persone, cultura e molte altre cose saranno i nostri temi. Siete interessati? Il corso si rivolge a partecipanti che hanno già una buona conoscenza della lingua e vogliono ancora approfondirla.
Qua e là per l'Italia (Hueber) L. 5 – 8
(6 – 12 TN) 24,00 Ustd.
D71140 ab 5.9.2012
Mi, 10:30 – 12:00 Uhr
Mechthild Mandelka

Neu: CIAO BAMBINI!
Italienisch für Kinder
von 8 bis 10 Jahren A1
Für Kinder ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen in Italienisch.
Habt ihr Lust, in den Sommerferien Italienisch zu lernen? Wir lernen und spielen in einer kleinen Gruppe, zwischendurch gibt's eine Pause, die wir auch zusammen verbringen.
Eine spannende italienische Sommerferienwoche, garantiert kein Schulstress!
Mit Kinderreimen, Liedern, Lernspielen, Musik und viel Spaß werdet ihr sehr schnell und einfach Italienisch sprechen können!
Programm: Sich begrüßen, sich vorstellen und verabschieden, Farben, Zahlen, Jahreszeiten, Freizeit und Hobbies: Spiele, am Strand, Essen und Trinken
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
Beratungstermin für Eltern:
Di., 26.6.20012, 18:00 Uhr
C978020 20,00 Ustd. 100,– €
ab 9.7.2012
Mo – Fr, 9:30 – 12:30 Uhr
Monica Brochetta-Nestola

Streifzüge durch Dantes Göttliche Komödie:
Purgatorio
»Der Läuterungsberg«
In diesem Semester findet eine Fortsetzung der »Streifzüge durch Dantes Göttliche Komödie« statt. Anhand von Textauszügen und Bildmaterialien folgen wir dem Protagonisten Dante weiterhin auf seiner Reise durch die Welten des Jenseits. Nachdem er und sein kompetenter Begleiter Virgilio bis ins tiefste Innere der Erde herabgestiegen sind, beginnt eine besonders prägende und emotional bewegende Etappe des Wegs: Der Aufstieg auf den im Ozean gelegenen Läuterungsberg, auf dessen Gipfel sich das Irdische Paradies befindet. Mit dem Betreten des Purgatorio verändern sich die Situation und das Verhalten des Reisenden grundlegend: Während er im Inferno die Rolle eines mitfühlenden Beobachters innehat, ist er nun selbst in die physischen und seelischen Erfahrungen des Aufstiegs involviert, der zu einer zunehmenden Leichtigkeit des Seins und einer Veränderung des Bewusstseins führt.
D20111 12,00 Ustd. 54,– €
6 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Dr. Bettina Bosold-DasGupta

Vormittagskurse B2 – C2

Erweiterung der Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben.
Nutzen Sie bitte unseren Sprachberatungsservice!

Italienisch B2
Lettura di articoli di giornale e ripetizione della grammatica.
D71250 ab 12.9.2012
Mi, 11:00 – 12:30 Uhr
Barbara Krahn-Chiussi

Italienisch C1.1
Lettura di articoli di giornale, grammatica e conversazione – livello intermedio.
D71260 ab 12.9.2012
Mi, 9:15 – 10:45 Uhr
Barbara Krahn-Chiussi

Italienisch C1.2
Lettura: Andrea Camilleri, Il colore del sole.
Kursmaterial kann bei der Kursleitung erworben werden.
D71270 ab 13.9.2012
Do, 11:00 – 12:30 Uhr
Barbara Krahn-Chiussi

Italienisch C2
Lettura e conversazione – livello avanzato.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71280 ab 13.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Barbara Krahn-Chiussi

Rezepte mit Balsamico und Honig
Eine sinnliche Reise durch Florenz und seine Küche mit passenden Weinen
Praktischer Kochworkshop
& Kunst und Wein – Ein den Gaumen verführender Nachmittag!
D27259 59,– €
Küche&Co im Europaviertel,
Walter-Hallstein-Straße 5
1 Abend, 3.11.2012
Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Kirsten Herold, Gregor Mathey, IHK-geprüfter Sommelier
Nähere Informationen Seite 46

Niveau	Niveaustufen Italienisch
C2	C2
C1	C1.1, C1.2
B2	B2
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4
A2	A2,1, A2.2, A2.3, A2.4
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4
Information s. S. 89	

Kompaktkurse am Samstag A1 – B2

je 24 Ustd. = 7 × 155 Min.
Kursgebühr: € 115,– (5 – 10 TN)

Italienisch Kompakt A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Insieme A1 (Cornelsen) L. 1 – 4
D71310 ab 8.9.2012
Sa, 9:30 – 12:05 Uhr
Julia Maglione

Italienisch Kompakt A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Insieme A1 (Cornelsen)
L. »Option 1« – 7
D71320 ab 17.11.2012
Sa, 9:30 – 12:05 Uhr
Julia Maglione

Italienisch Kompakt A1.3
Insieme A1 (Cornelsen) L. 8 – 10
D71330 ab 8.9.2012
Sa, 9:30 – 12:05 Uhr
Claudia Iacobelli

Italienisch Kompakt A1.4
Insieme A1 (Cornelsen)
L. 11-«Option 3«
D71340 ab 17.11.2012
Sa, 9:30 – 12:05 Uhr
Claudia Iacobelli

Piazza Garibaldi B2
Il corso presenta una serie di articoli sulla vita, la società, la mentalità e le abitudini italiane. Oltre ai testi il corso offre numerose attività didattiche che mirano a sviluppare la capacità di leggere, parlare e scrivere in italiano.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71380 ab 8.9.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Rocco Morrone

D71390 ab 17.11.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Rocco Morrone

Toskanische Weine
und Focaccia, Pizza & Co
Weinseminar
und Praktischer Kochworkshop
D27260 59,– €
Küche&Co im Europaviertel,
Walter-Hallstein-Straße 5
1 Abend, 17.11.2012
Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Kirsten Herold, Gregor Mathey, IHK-geprüfter Sommelier
Nähere Informationen Seite 46

Abendkurse A1 – B2

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Neu: Fit für Italien A1
In diesem Kurs finden Sie einen leichten und unterhaltsamen Einstieg in die Sprache und Kultur Italiens und werden mit wenig Lernaufwand optimal auf klassische Urlaubssituationen vorbereitet. Weckt Vorfreude auf einen schönen Urlaub!
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Italienisch für den Urlaub A1 (Klett)
D71400 18,67 Ustd. 74,– €
7 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:30 Uhr
Pietro Pitruzzella

Italienisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Insieme A1 (Cornelsen) L. 1 – 4
D71410 ab 6.9.2012
Do, 19:00 – 20:30 Uhr
Pietro Pitruzzella

Italienisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Insieme A1 (Cornelsen)
L. »Option 1« – 7
D71420 ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Pietro Pitruzzella

Italienisch A1.3
Insieme A1 (Cornelsen) L. – 10
D71430 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Rocco Morrone

Italienisch A2.1
Insieme A2 (Cornelsen) L. 1 – 4
D71510 ab 3.9.2012
Mo, 18:15 – 19:45 Uhr
Sarah Ravizza

Italienisch A2.4
Insieme A2 (Cornelsen)
L. 11 – »Opzione 3«
D71540 ab 3.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Sarah Ravizza

Italienische Küche
D80920 12,00 Ustd. 87,– €
Küche Herweck
3 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Marion Befeld
Nähere Informationen auf Seite 127

Parliamo Italiano B1
Questo corso si rivolge a studenti di italiano di livello intermedio/avanzato.Obiettivo principale sarà quello di sviluppare l'abilità orale degli studenti. La varietà di attività (sondaggi, relazioni, interviste, simulazioni ecc.) e la dinamica dei raggruppamenti permetterà ad ogni partecipante di raggiungere un livello di pratica ottimale.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71550 ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Rocco Morrone

Giro d'Italia ab B1
Lettura – conversazione – ripasso grammaticale
Andando »Qua e là per l'Italia« apprendiamo molte cose interessanti delle regioni italiane. Geografia, persone, cultura e molte altre cose saranno i nostri temi. Siete interessati? Il corso si rivolge a partecipanti che hanno già una buona conoscenza della lingua e vogliono ancora approfondirla.
Qua e là per l'Italia (Hueber) L. 4 – 7
D71570 ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr
Mechthild Mandelka

Kompaktkurse am Abend A1 – C1

je 24 Ustd. = 7 × 155 Min.
Kursgebühr: € 115,– (5 – 10 TN)

Italienisch Kompakt A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Insieme A1 (Cornelsen) L. 1 – 4
D71610 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 21:05 Uhr
Dr. Simona Giannecchini

Italienisch Kompakt A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Insieme A1 (Cornelsen)
L. »Option 1« – 7
D71620 ab 13.11.2012
Di, 18:30 – 21:05 Uhr
Dr. Simona Giannecchini

Italienisch Kompakt A1.3
Insieme A1 (Cornelsen) L. 8 – 10
D71630 ab 7.9.2012
Fr, 17:00 – 19:35 Uhr
Sarah Ravizza

Italienisch Kompakt A1.4
Insieme A1 (Cornelsen)
L. 11 – »Option 3«
D71640 ab 16.11.2012
Fr, 17:00 – 19:35 Uhr
Sarah Ravizza

Italienisch Kompakt B2 (Kleingruppe)
Magari (Alma Edizioni/Hueber Verlag) L. 12 – 13
D71680 180,– €
ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 21:05 Uhr
Sarah Ravizza

Italienisch Kompakt B2/C1 (Kleingruppe)
Magari (Alma Edizioni/Hueber Verlag) L. 14 – 15
D71690 180,– €
ab 15.11.2012
Do, 18:30 – 21:05 Uhr
Sarah Ravizza

Bildungsurlaub Italienisch

5 Tage lang lernen Sie ganztägig eine Fremdsprache, 8 (!) Unterrichtsstunden am Tag sprechen Sie nur in der Fremdsprache und üben die erworbenen Kenntnisse in Rollenspiel, Diskussion und Gespräch. (max 12 TN)
jeweils 40 Ustd. = Mo – Fr,
9:00 – 16:00 Uhr
Kursgebühr: 200,– €

Bildungsurlaub Italienisch A1.1
Dieser Kurs ist für Teilnehmende ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen geeignet.
Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
Insieme A1 (Cornelsen) ab L. 1
D71700 ab 26.11.2012
Mo, 9:00 – 16:00 Uhr
Rocco Morrone

Bildungsurlaub Italienisch A2.1
Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf dem Niveau Ende A1 geeignet.
Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
Insieme A2 (Cornelsen) ab L. 1
D71720 ab 29.10.2012
Mo, 9:00 – 16:00 Uhr
Rocco Morrone

Bildungsurlaub Italienisch A2.2
Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf dem Niveau A2.1 geeignet.
Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
Insieme A2 (Cornelsen) ab L. 4
D71730 ab 22.10.2012
Mo, 9:00 – 16:00 Uhr
Rocco Morrone

Spanisch
Informationen
zur Beratung Seite 88
Leitung: Anja C. Weber

Vormittagskurse A1 – B1

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Spanisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Con gusto A1 (Klett) L. 1 – 3
D72010 ab 4.9.2012
Di, 9:15 – 10:45 Uhr
Mirtha Urbina de Hartig

Spanisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Con gusto A1 (Klett) L. 4 – 6
D72020 ab 10.9.2012
Mo, 11:00 – 12:30 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Spanisch A1.3
Con gusto A1 (Klett) L. 7 – 9
D72030 ab 4.9.2012
Di, 11:00 – 12:30 Uhr
Mirtha Urbina de Hartig

Spanisch A1.4
Con gusto A1 (Klett) L. 10 – 12
D72040 ab 6.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Ana Maria Rosa Salido

Hablamos! A1 NEU!
Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen und WiedereinsteigerInnen! Auffrischung der Grammatik, Festigung und Erweiterung des Wortschatzes und Alltagskonversation.
Hablamos. Auffrischungskurs Spanisch A1 (Langenscheidt) ab L. 1
D72041 ab 12.9.2012
Do, 9:15 – 10:45 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Spanisch A2.2
Con gusto A2 (Klett) L. 3 – 6
D72050 ab 3.9.2012
Mo, 9:15 – 10:45 Uhr
Ana Maria Rosa Salido

Spanisch A2.3
El Nuevo Curso 2 (Langenscheidt) L. 8 – 10
D72060 ab 10.9.2012
Mo, 9:15 – 10:45 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Hablamos! A2/B1
Aprenda español con gusto!
Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen und WiedereinsteigerInnen. In lockerer Atmosphäre Spanisch lernen! Neben Lektüre und Konversation über spannende aktuelle Themen wenden Sie die Sprache in Alltagssituationen an und vertiefen gleichzeitig Ihre Wortschatz- und Grammatikkenntnisse.
Sie werden in die spanische und lateinamerikanische Welt eingeführt und erfahren die Lebensfreude der Menschen auf der iberischen Halbinsel und dem mittel- und südamerikanischen Kontinent. In meinem Unterricht möchte ich Sie unterstützen, Freude am Lernen zu entwickeln und mit richtig viel Spaß zu lernen. Ein Abschlussessen mit »Tapas y Vino« gehört dazu.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D72110 ab 27.8.2012
Mo, 11:00 – 12:30 Uhr
Maritza Valle Ramella

Spanisch B1
Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen. Auffrischung der Grammatik, Erweiterung des Wortschatzes und Alltagskonversation.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D72120 ab 12.9.2012
Mi, 11:00 – 12:30 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Vormittagskurse B2 – C1

Für Teilnehmende mit guten Grundkenntnissen. Erweiterung der vier Fertigkeiten Hören, Sprechen, Lesen und Schreiben. Bitte nutzen Sie unseren Sprachberatungsservice!
je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Spanisch B2.2
Con los conocimientos fundamentales del idioma que ya has adquirido, puedes consolidarlos en este curso, mejorarlos, desarrollarlos y, sobre todo, practicarlos.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D72130 ab 12.9.2012
Mi, 9:15 – 10:45 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Spanisch B2.3
Dirigido a participantes con avanzados conocimientos del idioma. Reafirmamos la gramatica, progresamos con el vocabulario y fomentamos la conversacion.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D72150 ab 11.9.2012
Di, 9:15 – 10:45 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Mesa Redonda B2
En un pequeño y simpático grupo discutimos temas escogidos por ti mismo. Leemos artículos actuales y literarios. Ven! Te esperamos!
D72170 ab 5.9.2012
Mi, 9:15 – 10:45 Uhr
Iris Ferreto de Kunke

Spanisch B2/C1
Has logrado ya llegar a un nivel de conocimiento avanzado del idioma y deseas conservarlo, practicarlo, ampliarlo? En este curso trabajamos con »Ventilador« que permite conversar, leer y escribir sobre todo tipo de temas.
El Ventilador (Klett)
D72180 ab 11.9.2012
Di, 11:00 – 12:30 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Kompaktkurse am Samstag A1 – B2

je 24 Ustd. = 7x 155 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Spanisch Kompakt A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Con gusto A1 (Klett) L. 1 – 3
D72210 ab 1.9.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Erika Orrego Nuñez

Spanisch Kompakt A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Con gusto A1 (Klett) L. 4 – 6
D72211 ab 3.11.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Erika Orrego Nuñez

Spanisch Kompakt A1.3
Con gusto A1 (Klett) L. 7 – 9
D72220 ab 8.9.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Cristina Parra Castillón

Spanisch Kompakt A1.4
Con gusto A1 (Klett) L. 10 – 12
D72221 ab 17.11.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Cristina Parra Castillón

Spanisch Kompakt A2.1
Con gusto A2 (Klett) L. 1 – 3
D72230 ab 1.9.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Spanisch Kompakt A2.2
Con gusto A2 (Klett) L. 4 – 6
D72231 ab 3.11.2012
Sa, 10:00 – 12:35 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Spanisch Kompakt B2 (Teil 3)
Prisma avanza B2 (Hueber) L. 5 – 6
D72250 ab 1.9.2012
Sa, 9:30 – 12:05 Uhr
Francisco Navarro Lopez

Spanisch Kompakt B2 (Teil 4)
Prisma avanza B2 (Hueber) L. 7 – 8
D72251 ab 3.11.2012
Sa, 9:30 – 12:05 Uhr
Francisco Navarro Lopez

Abendkurse A1 – A2

je 30 Ustd. = 15 × 90 Min. (8 – 15 TN)
Kursgebühr: 95,– €

Spanisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Con gusto A1 (Klett) L. 1 – 3
D72311 ab 4.9.2012
Di, 19:30 – 21:00 Uhr
Francisco Navarro Lopez

D72312 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Margot Ayala Barzola

D72313 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Margot Ayala Barzola

Spanisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Con gusto A1 (Klett) L. 4 – 6
D72320 ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Francisco Navarro Lopez

D72321 ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Justo Serrano Zamora

D72322 ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Justo Serrano Zamora

Spanisch A1.3
Con gusto A1 (Klett) L. 7 – 9
D72330 ab 3.9.2012
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Francisco Navarro Lopez

D72331 ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Nora Kirsanov de Henke

Spanisch A1.4
Con gusto A1 (Klett) L. 10 – 12
D72340 ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Francisco Navarro Lopez

Niveau	Niveaustufen Spanisch
C2	-
C1	C1
B2	B2.1, B2.2, B2.3, B2.4
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4
A2	A2.1, A2.2, A2.3, A2.4
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4

Information s. S. 89

Spanisch A2.1
Con gusto A2 (Klett) L. 1 – 3
D72350 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Francisco Navarro Lopez

Spanisch A2.3
Con gusto A2 (Klett) L. 7 – 9
D72352 ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Nora Kirsanov de Henke

Spanisch A2.3
El Nuevo Curso 2 (Langenscheidt) L. 8 – 10
D72354 ab 3.9.2012
Mo, 19:15 – 20:45 Uhr
Gloria Rios de Scheller

D72355 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Lucía Magaña Sánchez

Abendkurse B1 – C1

je 30 Ustd. = 15 × 90 Min. (8 – 15 TN) oder
je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: € 95,–

Spanisch B1.2
Con gusto B1 (Klett) L. 3 – 6 (15 Abende)
D72360 ab 3.9.2012
Mo, 17:45 – 19:15 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Vorbereitungskurs DELE B1 (Inicial)
Das DIPLOMA DE ESPAÑOL – NIVEL B1 gilt als international anerkannter Nachweis über Grundkenntnisse der spanischen Sprache, die Prüfung kann am Instituto Cervantes (z.B. in Frankfurt) abgelegt werden. Im Kurs bereiten Sie sich auf die verschiedenen Prüfungsteile Leseverstehen, Hörverstehen, Schreiben und Sprechen vor, die Teilnahme an der Prüfung ist nicht obligatorisch (12 Abende).
Preparación al Diploma de espanol. Nivel B1 (Edelsa) ab L. 1
D72363 ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 19:30 Uhr
Francisco Navarro Lopez

Spanisch B1/B2
Lektüre und Gespräche über spanische und lateinamerikanische Literatur, freie Textproduktion, Wiederholung grammatischer Strukturen bei Bedarf (15 Abende).
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D72380 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Vilma Niesner

Spanisch B2 Teil 2 (Kleingruppe)
Este es un curso para afirmar lo aprendido. Hablaremos de temas de actualidad y trabajamos sobre algunos textos para ampliar nuestro vocabulario y repasar algunos temas de gramática. El principal objetivo del curso es la práctica de la conversación libre. ¡Te esperamos!
Avenida (Klett) ab L. 9
(4 – 8 TN), 24,00 Ustd., 145,– €
D72381 ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Nora Kirsanov de Henke

Spanisch B2/C1
Este curso ofrece un programa variado y entretenido: conversación libre, práctica de diversas situaciones comunicativas, algunas lecturas de textos actuales y ejercicios para repasar y ampliar los conocimientos gramaticales y el vocabulario. Nuestro objetivo es no olvidar lo que ya se sabe y, claro, mejorar. ¡Anímate! ¡Te gustará! (15 Abende)
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D72382 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Ana Maria Rosa Salido

Spanisch C1 (Kleingruppe)
El tema de este seminario es la cultura y el mundo literario español e hispanoamericano. Haremos un » viaje » literario partiendo de España, la cuna de nuestra lengua. El itinerario lo desarrollaremos juntos; la idea es ubicar a cada uno de los autores que leamos en su espacio, tanto histórico, sociopolítico como geográfico. La iniciativa de los participantes de esta travesía será bienvenida.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
(4 – 8 TN), 24,00 Ustd.,145,00€
D72400 ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Chuly Sänger

Tertulia para español
La 'tertulia' es una tradición importante en el mundo hispano, que ofrece la oportunidad para charlar, discutir y comentar temas actuales en un ambiente agradable y amistoso. Los invitamos a participar en esta reunión que tiene lugar en el restaurante »Sombrero Latino«, Adolfstraße 3, Wiesbaden, (06 11) 308 38 22. Marta y Rafael tienen una mesa reservada para nosotros, asi disfrutaremos de variados menus, tapas y buenos vinos.
Nos encontraremos el primer miércoles del mes, a las 20:00 horas.
Bienvenidos!
(kostenlos und ohne Anmeldung)
D72370 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 22:00 Uhr
Chuly Sänger

Kompaktkurse am Abend A1-B1

je 24 Ustd. = 7 × 155 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Spanisch Kompakt A1.1
Con gusto A1 (Klett) L. 1 – 3
D72510 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 21:05 Uhr
Cristina Parra Castillón

Spanisch Kompakt A1.2
Con gusto A1 (Klett) L. 4 – 6
D72511 ab 21.11.2012
Mi, 18:30 – 21:05 Uhr
Cristina Parra Castillón

Spanisch Kompakt A1.3
Con gusto A1 (Klett) L. 7 – 9
D72520 ab 4.9.2012
Di, 18:15 – 20:50 Uhr
Graciela Romiti-Biernat

Spanisch Kompakt A1.4
Con gusto A1 (Klett) L. 10 – 12
D72521 ab 13.11.2012
Di, 18:15 – 20:50 Uhr
Graciela Romiti-Biernat

Spanisch Kompakt B1.1
Con gusto B1 (Klett) L. 1 – 3
D72550 ab 5.9.2012
Mi, 18:15 – 20:50 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Spanisch Kompakt B1.2
Con gusto B1 (Klett) L. 4 – 6
D72551 ab 14.11.2012
Mi, 18:15 – 20:50 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Sevillanas – Grundkurs

D87215 28,00 Ustd. 89,– €
Flamencoschule JALEO
14 Abende, ab 13.9.2012
Do, 20:30 – 22:00 Uhr
Gaby Herzog
Nähere Informationen Seite 150

Tango Argentino

Der aufregendste Paartanz der Welt
D87500 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Sa, 10.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
So, 11.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
Peter und Brigitte Ellenbogen
Nähere Informationen Seite 151

Bildungsurlaub Spanisch

Superlearning-Intensivkurse Spanisch
5 Tage lang lernen Sie ganztägig eine Fremdsprache – nach unserer erfolgreichen Superlearning-Methode mit Hilfe unseres erfahrenen SuggestopädInnen-Teams.
8 (!) Unterrichtsstunden am Tag sprechen Sie nur in der Fremdsprache und üben die erworbenen Kenntnisse in Rollenspiel, Diskussion und Gespräch. (max 12 TN)
jeweils 40 Ustd. = Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Kursgebühr: 265,– € (inkl. Lehrmat.)

Superlearning Spanisch A1.1
Dieser Kurs ist für Teilnehmende ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen geeignet.
Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
D72710BU ab 3.9.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gloria Rios de Scheller

D72711BU ab 19.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Superlearning Spanisch A1.2
Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen geeignet.
Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
D72712BU ab 1.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Superlearning Spanisch A1.3
Dieser Kurs ist für Teilnehmende mit Vorkenntnissen geeignet. Bitte kommen Sie in unsere Sprachberatung!
D72714BU ab 13.8.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Hola, qué tal?

Spanisch für Kinder und Jugendliche von 11 bis 13 Jahren A1
Habt ihr Lust, in den Sommerferien neue Freunde und eine neue Sprache kennen zu lernen? Wir reisen mit euch nach Spanien und Südamerika! In einer kleinen Gruppe entdeckt ihr neue Länder und könnt anderen erzählen, wer ihr seid und was ihr macht. Vielleicht schickt ihr sogar eine E-Mail oder Postkarte auf Spanisch nach Hause? Verbringt bei uns eine spannende Sommerferienwoche, garantiert kein Schulstress!
C978010 10,22 Ustd. 65,– €
ab 2.7.2012
Mo – Do, 10:00 – 12:00 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Die vhs Volkshochschulen

Gesellschaft

Beruf

Sprachen

Gesundheit

Kultur

Spezial

Qualität verbindet!

VHS Sprachkurse und telc Prüfungen orientieren sich am Gemeinsamen europäischen Referenzrahmen für Sprachen.

- Zertifikate in neun Sprachen auf fünf Niveaustufen
- Die ideale berufliche und persönliche Weiterbildung
- International anerkannt bei Arbeitgebern und Hochschulen
- Flexible Prüfungstermine
- Top-Preis-Leistungsverhältnis

telc – language tests: die Hausmarke der Volkshochschulen

Mehr Informationen sowie kostenlose Übungstests finden Sie unter
www.telc.net

Oder lassen Sie sich persönlich beraten:
Tel.: +49 (0) 69 95 62 46-10

Andere Sprachen von A bis Z
Informationen zur Sprachberatung siehe Seite 88
Leitung: Anja C. Weber

Altgriechisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 180,– €

Altgriechisch 1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Hellas. Lehrgang des Griechischen (C. C. Buchner-Verlag) ab L. 1
D73011 ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Dr. Ludger Koreng

Altgriechisch 3
Für Teilnehmende mit Grundkenntnissen in der Formen- und Satzlehre.
Hellas. Lehrgang des Griechischen (C. C. Buchner-Verlag) ab L. 17
D73013 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Dr. Ludger Koreng

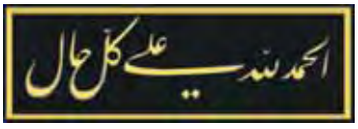
Altgriechisch 6
Hellas. Lehrgang des Griechischen (C. C. Buchner-Verlag) ab L. 55
D73016 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Dr. Ludger Koreng

Altgriechisch 8
Hellas. Lehrgang des Griechischen (C. C. Buchner-Verlag) ab L. 83
D73018 ab 3.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Dr. Ludger Koreng

Altgriechisch für Fortgeschrittene
Textlektüre: Platons Dialog »Phaidon«.
Platon: Apologie und Kriton nebst Abschnitten aus Phaidon. Vollständige Ausgabe (Aschendorff)
D73019 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Dr. Ludger Koreng

Arabisch

je 24 Ustd. = 8 × 135 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €



Arabisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Salam! (Klett) L. 1 – 2
D73021 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:45 Uhr
Amal Ali

Arabisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Salam! (Klett) ab L. 3
D73022 ab 22.11.2012
Do, 18:30 – 20:45 Uhr
Amal Ali

Arabisch A1.3
Salam! (Klett) L. 6 – 7
D73023 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Abdellah El Helali

Arabisch A1.4
Salam! (Klett) L. 8 – 9
D73024 ab 20.11.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Abdellah El Helali

Der Jemen und Sanaa
Kultur & Kulinarik
Der Jemen ist das Land der Königin von Saba, die Heimat des Kaffees mit der Hauptstadt Sanaa, einer der aufgrund ihrer orientalischen Architektur beeindruckendsten Städte, eine Stadt, die einem den Atem nimmt mit ihrer Einzigartigkeit. Entdecken Sie die Schönheit des Landes und dieser Stadt mit ihrem Basar, den Märkten, den Palästen und bunten Fenstern. Und natürlich auch Schibam, die Hochhäuser in der Wüste, die aus Lehm gebaut werden, Oasen, Sommersitze und vieles andere mehr.
Lassen sie sich verzaubern von einem Land, das den Weg in die Moderne noch sucht, aber hoffentlich seine Wurzeln dabei nicht vergisst, und genießen Sie dazu landestypische Spezialitäten.
Preis inklusive Speisen und Getränken.
D20560 29,– €
1 Abend, 30.11.2012
Fr, 19:00 – 22:00 Uhr
Marion Befeld

Die Emirate zwischen Tradition und Moderne
Praktischer Kochworkshop
Mit diesem Seminar möchten wir Sie entführen in den Orient mit Speisen, die wir selber zubereiten und Gewürzen, die uns fremd und exotisch sind. Dabei werden Sie auch erfahren, wie das Leben in den Emiraten ist: eine Männer- und eine Frauengesellschaft, Hochhäuser, Sanddünen und Oasen, Kamele, viel Sand und wenig Wasser. Ein Leben, Bilder und Speisen, die man sich hier zu Lande nur schwer vorstellen kann. Wir werden zusammen einen orientalischen Abend verleben mit Datteln und Tee, verschiedenen landestypischen Spezialitäten und vielem mehr.
Kosten für Speisen und Getränke sind in der Kursgebühr enthalten. Bei Bedarf bitte eigene Schürze und Schreibunterlagen mitbringen.
D27261 59,– €
Küche Herweck,
Kaiser-Friedrich-Ring 96
1 Abend, 28.9.2012
Fr, 18:30 – 21:30 Uhr
Marion Befeld

Küche aus 1001 Nacht
Arabische Vorspeisen
D80940 4,00 Ustd. 30,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 22.11.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Dominik Faber
Nähere Informationen Seite 127

Küche aus 1001 Nacht
Arabische Hauptspeisen
D80950 4,00 Ustd. 34,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 13.12.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Dominik Faber
Nähere Informationen Seite 127

Orientalischer Tanz
D87300 20,00 Ustd. 75,– €
10 Abende, ab 18.9.2012
Di, 20:15 – 21:45 Uhr
Beate von Gruenewaldt

D87310 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 10:30 – 14:00 Uhr
Beate von Gruenewaldt
Nähere Informationen Seite 150

Bosnisch

Siehe Kroatisch/Bosnisch/Serbisch, Seite 116

Bulgarisch

je 24 Ustd. = 8 × 135 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 180,– €

Innerhalb der slawischen Sprachfamilie zählt Bulgarisch zu den südslawischen Sprachen. Die bulgarische Sprache ist die offizielle Amts- und Verwaltungssprache der Republik Bulgarien, gehört zu den Amtssprachen der Europäischen Gemeinschaft und wird weltweit von ca. 10 Millionen Menschen gesprochen. Bulgarien ist ein beliebtes Reiseziel und gewinnt in den letzten Jahren zunehmend an Bedeutung in der Geschäftswelt.
Sie möchten sich auf Ihrer Reise dorthin auf Bulgarisch selbstständig unterhalten können? Oder endlich Ihre Schwiegermutter verstehen? Nehmen Sie die Herausforderung an, eine neue Sprache mit einer anderen Schrift näher kennenzulernen! Im Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse des Bulgarischen, um sich in Alltagssituationen zurechtzufinden. Themen sind u.a.: die kyrillische Schrift, sich begrüßen, sich vorstellen, Wegbeschreibung und Orientierung in der Stadt, Familie, Essen und Trinken, Einkaufen, Gesundheit, Landeskunde. Der Schwerpunkt unserer Arbeit liegt beim Hörverstehen und Sprechen. Wünsche und Vorschläge der Teilnehmenden werden gerne berücksichtigt!

Bulgarisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
In diesem Kurs lernen Sie die kyrillische Schrift und erarbeiten sich dazu Ihren Anfangswortschatz. Sie lernen, sich auf Bulgarisch vorzustellen, zu begrüßen und zu verabschieden, eine Person zu beschreiben, sich in wichtigen Situationen wie z. B. am Flughafen zu verständigen, und Sie lernen die »bulgarische Familie« kennen.
Power-Sprachkurs Bulgarisch (PONS) L. 1a – 2c
D73031 ab 8.9.2012
Sa, 11:15 – 13:30 Uhr
Kremena Marinova

Bulgarisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
In diesem Kurs vertiefen und erweitern Sie Ihre Sprachkompetenz. Alltägliche Situationen wie Essen und Trinken, Wohnen und Familie sind unsere Gesprächsthemen. Durch Hörtexte, Rollenspiele und selbständiges Arbeiten erweitern Sie Ihren Wortschatz, sodass Sie sich in einfachen Alltagssituationen zurechtfinden können.
Power-Sprachkurs Bulgarisch (PONS) L. 3a – 4b
D73032 ab 8.9.2012
Sa, 9:00 – 11:15 Uhr
Kremena Marinova

Chinesisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (4 – 10 TN)
Kursgebühr: 145,– €
Hochchinesisch (oder Mandarin) wird von über 880 Millionen Menschen gesprochen und ist somit die weltweit meistverbreitete Muttersprache. Sie ist die offizielle Sprache in der Volksrepublik China, in Singapur und wird auch auf Taiwan verwendet.
In Kurs A1.1 beginnen Sie mit vier Tönen und dem offiziellen Buchstabensystem Pin-Yin. Nach und nach lernen Sie die Schriftzeichen in der vereinfachten Standardversion der Kurzzeichen. Nach Bedarf werden auch die Langzeichen (Standard in Taiwan) gezeigt. Hochinteressante Inhalte aus verschiedenen Sprach- und Kulturbereichen bieten Ihnen eine spannende Kursatmosphäre!

Chinesisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sie lernen, sich in alltäglichen Situationen auf Chinesisch zu verständigen und beginnen mit dem offiziellen Buchstabensystem Pin-Yin. In der zweiten Hälfte des Kurses fangen Sie langsam an, einfache Schriftzeichen in der vereinfachten Standardversion der Kurzzeichen zu lernen. Nach Bedarf werden auch die Langzeichen (Standard in Taiwan) gezeigt.
Das Neue Praktische Chinesisch 1 (Chinabooks) ab L. 1
D73040 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Wei Huang

Chinesisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Erweiterung Ihrer Sprachfertigkeiten auf Chinesisch und Vertiefung der Schriftzeichen.
Das Neue Praktische Chinesisch 1 (Chinabooks) ab L. 6
D73042 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Wei Huang

Chinesisch A1.4
In diesem Kurs lernen Sie gebräuchlichen Wortschatz und Wendungen, sowie wesentliche Satzmodelle, und können sich so in der chinesischen Alltagssprache, wie sie in den letzten Jahren geläufig ist, gut verständigen. Auch das Erkennen der Schriftzeichen sollte Ihnen nach diesem Kurs keine Probleme mehr bereiten. Daneben gibt es eine kurze Einführung in die Verwendung textverarbeitender Software (z. B. Word) für Chinesisch.
Bei Bedarf kann auf die Prüfung HSK 1 vorbereitet werden. Sie kann am Konfuzius-Institut in Frankfurt abgelegt werden, die Teilnahme an der Prüfung ist nicht obligatorisch.
Das Neue Praktische Chinesisch 1 (Chinabooks) ab L. 10
D73043 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Huimin Zhou

Chinesisch A2.1 (Kleingruppe)
In diesem Kurs vertiefen Sie schon bekannte Themen sowie Satzmodelle und Wortschatz, und lernen, komplexere Situationen auf Chinesisch zu bewältigen.
Praktischer Sprachlehrgang Chinesisch (Langenscheidt) ab L. 1
D73044 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Wei Huang

Chinesisch A2.3
Vertiefung und Erweiterung wesentlicher Satzmodelle und Ihres Wortschatzes. Zusätzlich werden Lesematerialien wie chinesische Fabeln, Sagen und Geschichten über die chinesische Kultur und Herkunft der Idiome angeboten. Sie werden weitgehend in der Lage sein, ohne die Umschrift Pin-Yin auszukommen.
Praktischer Sprachlehrgang Chinesisch (Langenscheidt) ab L. 9
D73045 ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Huimin Zhou

Chinesisch B2 (Kleingruppe)
In diesem Kurs wird fast nur Chinesisch gesprochen und mit Schriftzeichen gearbeitet (Lesen, Schreiben bei Bedarf). Der Schwerpunkt liegt auf der freien Formulierung der alltäglichen Sprache. Die Themen wählen Sie nach Ihrem Interesse (Aktuelles, Kultur, Interkulturelle Aspekte), Sie können sich auf Wunsch auch auf die Prüfung HSK 4 vorbereiten. Diese Prüfung kann am Konfuzius-Institut in Frankfurt abgelegt werden, die Teilnahme an der Prüfung ist nicht obligatorisch.
New Practical Chinese 3 Textbook (Chinabooks)
D73046 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Ling-Ran Wang

Feng Shui
Wohnen in Harmonie
D80130 12,00 Ustd. 52,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Karin Weis
Nähere Informationen Seite 122

Akupressur
D83725 2,00 Ustd. 10,– €
Villa Schnitzler
1 Abend, 21.11.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. med. Wolfgang Scherpf
Nähere Informationen Seite 136

Die Fünf Tibeter
D84130 12,00 Ustd. 51,– €
6 Abende, ab 20.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Renate M. Weil
Nähere Informationen Seite 138

Dänisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (5 – 10 TN)
Gebühr: 115,– €

Dänisch A1.1
Wussten Sie, dass die Nordsee auf Dänisch »Vesterhavet« heißt, eine Würstchenbude »pølsevogn« und die Königin auf Dänisch »dronning« genannt wird?
Dänisch ist eine germanische Sprache und wird von gut fünf Millionen Menschen gesprochen. Ihre Grammatik ist einfacher als die deutsche und es finden sich viele Wörter, die aus dem Deutschen oder Englischen bekannt sind.
Haben Sie Lust, sich auch einmal sprachlich auf den Weg in das kleine Land mit den schier unendlichen Küstenlandschaften zu machen, sich der sprichwörtlichen dänischen »hygge« anzunähern und die Sprache kennenzulernen, in der auch Märchenerzähler Hans Christian Andersen geschrieben hat?
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Dansk for dig (Klett) ab L. 1
D73050 ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Beke Heeren-Pradt

Dänisch A1.2
Vi kan allerede hilse på dansk, vi kan bestille noget at spise og drikke i en dansk café, vi kan lave nogle rejseforberedelser på dansk. Nu skal det gå videre i bogen »Dansk for dig« fra kapitel 6 af.
D73051 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Beke Heeren-Pradt

Niveau	Niveaustufen Andere Sprachen A-Z	Niveaustufen intensiv: Norwegisch, Schwedisch
C2	-	-
C1	C1	C1
B2	B2	B2
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4	B1.1, B1.2 = Ende B1
A2	A2,1, A2.2, A2.3, A2.4	A2.1, A2.2 = Ende A2
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4	A1.1, A1.2 = Ende A1

Information s. S. 89

Finnisch

je 22 Ustd. = 11 × 90 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 165,– €

Finnisch 1 (A1)
Hier lernen Sie spielend und mit authentischen Materialien wie Liedern und Reimen, sich vorzustellen und mit anderen auf Finnisch zu kommunizieren. Wichtige Strukturen in Wortschatz und Grammatik bilden dabei die Grundlage.
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Yksi, Kaksi, Kolme. Finnisch für Deutschsprachige 1 (Hempen) ab L. 1
D73053 ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Tuija Kapanen

Zum 60jährigen Jubiläum der Deutsch-Finnischen-Gesellschaft

Finnischer Abend

Schweden sind wir nicht,
Russen wollen wir nicht werden,
also lasst uns Finnen sein!
Vortrag Dr. Marketta Göbel-Uotila
Kultur & Kulinarik
Das Jahr 1809 begann für den Schwedenkönig Gustaf IV. Adolf in modisch kurzer Haartracht. Aber nicht nur die alten Zöpfe fielen, bald war der König auch seine Krone und einen Drittel seines Reiches los. Die sechs finnischen Ostprovinzen wechselten die Pferde auf dem Weg über Autonomie zur Selbstständigkeit.
Ein genialer Streich oder ein blinder Zufall? Die PowerPoint-Präsentation fokussiert die historischen Ereignisse sowie die Gefühlslage der Finnen zwischen Ost und West.
Anmeldung erforderlich!
Preis inklusive Speisen und Getränken.
D20559 25,– €
1 Abend, 14.11.2012
Mi, 19:00 – 22:00 Uhr

Finnisch B1
Für fortgeschrittene Teilnehmende
Hei Suomi, Bd. 1 (Nordis)
D73059 ab 6.9.2012
Do, 19:00 – 20:30 Uhr
Tuija Kapanen

Griechisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Griechisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Pame! A1 (Hueber) ab L. 1
D73060 ab 7.9.2012
Fr, 17:30 – 19:00 Uhr
Emmy Ippotidou

Griechisch A1.3
Pame! A1 (Hueber) ab L. 1
D73062 ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Emmy Ippotidou

Griechisch A2.1
Neugriechisch für Anfänger (Hueber) ab L. 20
D73063 ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr
Helen Schmitt-Gerogianni

Griechisch A2.1
Pame! A2 (Hueber) ab L. 1
D73064 ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Emmy Ippotidou

Griechisch B1.1
Ellinika Tora 1 + 1. Griechisch heute (Nostos Verlag) ab L. 11
D73065 115,– €
ab 3.9.2012
Mo, 19:30 – 21:00 Uhr
Emmy Ippotidou

Griechisch B1.2
Ellinika Tora 1 + 1. Griechisch heute (Nostos Verlag) ab L. 13
D73066 ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr
Emmy Ippotidou

Griechisch für Fortgeschrittene B1/B2
Sie möchten beim nächsten Griechenlandurlaub verschiedene Alltagssituationen sprachlich fließend meistern, vielleicht sogar einen Sirtaki richtig tanzen können? Sie lesen gerne griechische Literatur im Original und wollen darüber diskutieren? Dann kommen Sie in den Griechischkurs für Fortgeschrittene! Kursinhalte sind hilfreiche Redemittel im Alltag (z. B. im Restaurant, am Hafen, im Bus…), sprachliche Feinheiten wie Redewendungen und Sprichwörter, Lektüre und Diskussion von literarischen Texten, Zeitungstexte, Lieder, aktuelle Themen und viele landeskundliche Informationen über Griechenland. Grammatische Phänomene werden bei Bedarf wiederholt, Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D73067 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Helen Schmitt-Gerogianni

Hebräisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 180,– €

Hebräisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sie lernen in diesem Kurs, sich zu begrüßen und vorzustellen, sehr einfache Unterhaltungen z.B. über Ihre Herkunft, Familie und Beruf zu führen und Fragen zu stellen, z.B. in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof und am Flughafen.
Be'al-pe U'vichtav (bei der Kursleiterin erhältlich) ab S. 1
D73071 ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Nira Scherer

Hebräisch A1.3
Am Ende der Stufe A1 können Sie ein kurzes Gespräch über Alltagsthemen führen, Vorlieben und Abneigungen ausdrücken, Auskünfte einholen (z. B. zu den Themen Wohnen, Reisen, Freizeit) und über Ihre gegenwärtigen Aktivitäten im Beruf und privat berichten.
Be'al-pe U'vichtav (bei der Kursleiterin erhältlich) ab S. 40
D73073 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Nira Scherer

Hebräisch A2.1
Am Ende der Stufe A2 können Sie ein kurze Gespräche über alltägliche Gewohnheiten führen, Vorlieben und Abneigungen ausdrücken, genaue Auskünfte zu etwas einholen (z.B. zu Wohnen, Reisen, Freizeit und über gegenwärtige und vergangene Aktivitäten, auch im Beruf, berichten.
Be'al-pe U'vichtav (bei der Kursleiterin erhältlich) ab S. 85
D73075 ab 3.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Nira Scherer

Hebräisch B1.3
Am Ende der Stufe B1 können Sie eine Unterhaltung über alltägliche Themen wie Arbeitsleben, aktuelle Ereignisse oder Reisen führen, Hoffnungen und Absichten äußern, Handlungen z.B. eines Filmes/ Buches wiedergeben, über Meinungen (aus Medien wie Zeitung, Radio, TV oder Internet) sprechen.
Be'al-pe U'vichtav (bei der Kursleiterin erhältlich) ab S. 225
D73079 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Nira Scherer

Niveau	Niveaustufen Andere Sprachen A-Z	Niveaustufen intensiv: Norwegisch, Schwedisch
C2	-	-
C1	C1	C1
B2	B2	B2
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4	B1.1, B1.2 = Ende B1
A2	A2,1, A2.2, A2.3, A2.4	A2.1, A2.2 = Ende A2
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4	A1.1, A1.2 = Ende A1
Information s. S. 89		

Isländisch

30 Ustd. á 45 Min. (6 – 10 TN)
Kursgebühr: 195,– €

Isländisch A1.1 – Sprache im Land der Vulkane und Geysire
Isländisch ist eine nordgermanische Sprache und mit den anderen skandinavischen Sprachen verwandt. Im Gegensatz zu diesen hat sie sich aber seit der Wikingerzeit wenig verändert. Derzeit wird Isländisch von gut 300.000 Menschen gesprochen. In diesem Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse der isländischen Sprache. Wir beschäftigen uns mit Aussprache, Grammatik, Alltagssituationen (wie Begrüßen, Vorstellen, Familie, Zahlen, Uhrzeit, Essen und Trinken) und Landeskunde. Durch Hörverständnisübungen und Dialoge erarbeiten Sie sich kommunikative Fähigkeiten. Auf Wunsch können wir uns auch einen isländischen Film ansehen. – Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse.
Isländisch Anfänger Sprachkurs Plus (Cornelsen) L. 1 – 3
2 Wochenenden,
1. – 3. und 15. – 17.2.2013
Fr. 18:30 – 20:45, Sa. 9:30 – 17:00,
So. 9:30 – 12:45
E73084 ab 1.2.2013
Dirk Gerdes

Isländisch A1.2
In diesem Kurs erwerben Sie erweiterte Kenntnisse der isländischen Sprache. Wir beschäftigen uns mit Aussprache, Grammatik, Alltagssituationen (wie Personenbeschreibung, Einkaufen, Bestellen, Kleidung, Freizeit) und Landeskunde. Durch Dialoge und Rollenspiele üben Sie das Hörverstehen und Sprechen. Auf Wunsch können wir uns einen isländischen Film ansehen.
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen.
Isländisch Anfänger Sprachkurs Plus (Cornelsen) L. 4 – 6
2 Wochenenden,
21. – 23. und 5. – 7.10.2012
Fr. 18:30 – 20:45, Sa. 10:00 – 17:30,
So. 10:00 – 13:15
D73085 ab 21.9.2012
Dirk Gerdes

Isländisch A1.3 (Kleingruppe)
In diesem Kurs erwerben Sie erweiterte Kenntnisse der isländischen Sprache. Wir beschäftigen uns mit Aussprache, Grammatik, Alltagssituationen (wie Arbeit, Beruf, Pläne und Vorhaben) und Landeskunde. Durch Dialoge und Rollenspiele üben Sie das Hörverstehen und Sprechen. Auf Wunsch können wir uns einen isländischen Film ansehen.
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen.
Isländisch Anfänger Sprachkurs Plus (Cornelsen) L. 7 – 9
2 Wochenenden,
28. – 30.9. und 9. – 11.11.2012
Fr. 18:45 – 21:00, Sa. 9:30 – 14:15,
So. 9:30 – 12:45
(3 – 6 TN) 24,00 Ustd. 230,– €
D73086 ab 28.9.2012
Dirk Gerdes

Japanisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (4 – 10 TN)
Kursgebühr: 145,– €

Japanisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Japanisch, bitte, Bd. 1
(Langenscheidt) ab L. 1
D73090 ab 11.9.2012
Di, 19:30 – 21:00 Uhr
Eva von Schlabrendorff

Japanisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Japanisch, bitte, Bd. 1
(Langenscheidt) ab L. 8
D73091 ab 12.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Eva von Schlabrendorff

Japanisch A1.4
Japanisch, bitte, Bd. 1
(Langenscheidt) ab L. 14
D73093 ab 11.9.2012
Di, 18:00 – 19:30 Uhr
Eva von Schlabrendorff

Japanisch A2.2
Japanisch, bitte, Bd. 2
(Langenscheidt) ab L. 20
D73095 ab 1.11.2012
Do, 19:00 – 20:30 Uhr
Eva von Schlabrendorff

Neu! Japanisch mit Manga, Anime und Film
Anime ist eine Verkürzung des japanischen Lehnwortes animeshon und bezeichnet Fernsehserien und Kinofilme mit einem breiten Spektrum an Genres. Die bekanntesten Kinofilme in Deutschland sind »Akira« und »Perfect Blue«, daneben waren Kinderserien wie »Wicky und die starken Männer«, »Biene Maja« oder »Sindbad« Renner im Vorabendprogramm. Viele Animes basieren auf Mangas, es werden aber auch umgekehrt Mangas nach erfolgreichen Animes gezeichnet. Seit der Jahrtausendwende gibt es zunehmend Realverfilmungen, wie z.B. »Touch«, »Oldboy« oder »Uzumaki«.
Sie sehen und lesen Ausschnitte aus Mangans, Anime und Filmen, erweitern Ihren Wortschatz und trainieren Ihre Sprechfertigkeiten!
Für Teilnehmende mit Kenntnissen auf A1.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D73096 Ustd. 85,– €
Sa, 29.9.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
So, 30.9.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Miwa Schuler

Neu! Hiragana Auffrischung
In diesem Crashkurs können Sie Ihre Kenntnisse in Hiragana auffrischen und erweitern! Auf einem »Spaziergang« durch eine japanische Stadt bis in ein Restaurant lesen Sie Originalkurztexte wie Stadtpläne, Fahrpläne, Speisekarten etc. und vertiefen so Ihre Lesefertigkeiten der japanischen Silbenschrift.
Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf A1.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D73097 7,00 Ustd. 43,– €
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
So, 4.11.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Miwa Schuler

Aikido
Kunst des Kampfes ohne zu kämpfen
D86930 10,67 Ustd. 40,– €
Fudochi Dojo
8 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:00 – 20:00 Uhr
Rolf Schoffers
Nähere Informationen auf Seite 149

Koreanisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (4 – 8 TN)
Kursgebühr: 145,– €

Koreanisch A1.1
Die koreanische Sprache wird von über 78 Millionen Menschen in Nord- und Südkorea gesprochen. Die Unterschiede zwischen den koreanischen Dialekten sind eher gering.
Im Kurs lernen Sie die Grundlagen des koreanischen Alphabets (Hangeul), Aussprache und Schreibweise. In alltagsorientierten Situationen erwerben Sie praxisnah Wortschatz und Grammatik, um sich schnell auf Koreanisch verständigen zu können.
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Einfach Koreanisch! 1, Korea-Erziehungsinstitut in Deutschland (Info: www.keid.de), L. 1 – 6
D73100 ab 6.9.2012
Do, 19:45 – 21:15 Uhr
Cheonglan Lim

Koreanisch A1.2
Die koreanische Sprache wird von über 78 Millionen Menschen in Nord- und Südkorea gesprochen. Die Unterschiede zwischen den koreanischen Dialekten sind eher gering.
Hier lernen Sie spielend und mit authentischen Materialien, mit anderen auf Koreanisch zu kommunizieren.
Einfach Koreanisch! 1, Korea-Erziehungsinstitut in Deutschland (Info: www.keid.de), L. 7 – 10
D73101 ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Cheonglan Lim

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sie lieben Cevapcici und die Adria? Sie Sie möchten sich mit Ihren Verwandten und Bekannten auf Kroatisch, Bosnisch oder Serbisch unterhalten? Dann sind Sie hier richtig! Teilnehmende, die Serbisch lernen möchten, sollten beachten, dass unser Lehrbuch in lateinischer Schrift verfasst ist, die kyrillische Schrift wird nicht gelernt. Am Ende dieses Kurses können Sie sich selbst und andere vorstellen, im Café etwas bestellen oder nach dem Weg fragen.
Lextra – Kroatisch Sprachkurs Plus: Anfänger A1/A2 (Cornelsen) L. 1 – 4
D73103 ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr
Ana Arambasic

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch A1.2
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die sich auf Kroatisch, Bosnisch oder Serbisch verständigen möchten und über geringe Vorkenntnisse verfügen. Wenn Sie Serbisch lernen möchten, sollten Sie beachten, dass unser Lehrbuch in lateinischer Schrift verfasst ist, die kyrillische Schrift wird nicht gelernt. Am Ende dieses Kurses können Sie nach dem Weg fragen, Einkäufe erledigen, im Café oder Restaurant etwas bestellen oder einfache Fragen stellen und beantworten.
Lextra – Kroatisch Sprachkurs Plus: Anfänger A1/A2 (Cornelsen) L. 5 – 8
D73104 ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Ana Arambasic

Kroatisch/Bosnisch/Serbisch A1.3
Dieser Kurs eignet sich für Teilnehmende, die bereits über Vorkenntnisse im Kroatischen verfügen und diese gerne vertiefen möchten. Sollten Sie Serbisch lernen wollen, beachten Sie bitte, dass unser Lehrbuch in lateinischer Schrift verfasst ist, die kyrillische Schrift wird nicht gelernt. Am Ende dieses Kurses können Sie einfache Telefonate und einfache Unterhaltungen über das Wetter oder Freizeitbeschäftigungen führen und nach dem Wohlbefinden fragen und sich äußern.
Lextra – Kroatisch Sprachkurs Plus: Anfänger A1/A2 (Cornelsen)
L. 10 – 13
D73105 ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Ana Arambasic

Latein

je 20 Ustd. = 10 × 90 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 150,– €

Latein 1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Latein ganz leicht. In 20 Lektionen zum Latinum (Hueber) ab L. 1
D73111 ab 18.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Dominik Faber

Latein 3
Latein ganz leicht. In 20 Lektionen zum Latinum (Hueber) ab L. 7
D73113 ab 18.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Dominik Faber

Latein 5
Cursus brevis (C. C. Buchner Verlag) ab L. 15
D73115 ab 19.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Dominik Faber

Latein 6: Lateinische Lektüre
Nach der Wiederholung einzelner Inhalte aus dem »Cursus brevis« (C. C. Buchner Verlag) sammeln Sie durch die Übersetzung ausgewählter Texte erste Erfahrungen mit lateinischer Originallektüre.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D73116 ab 19.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Dominik Faber

Römisch Kochen
Erfahren Sie freitags etwas über die Esskultur der antiken römischen Küche und bereiten Sie samstags eine Cena (Abendessen) aus Gemüsevariationen als Gustatio (Vorspeise), zweierlei Huhn mit Salaten als eigentliche Cena (Hauptspeise) sowie Süßem als Secunda Mensa (Nachspeise) nach original lateinischen, aber ins Deutsche übersetzen Rezepten zu! Die Kursgebühr beinhaltet ein dreigängiges Menü mit jeweils mehreren Speisen und Mineralwasser;
weitere Getränke nach Absprache.
Fr., 23.11.12, 18:00 – 20:00 Uhr
Sa., 24.11.12, 17:00 – 21:00 Uhr
D73117 8,00 Ustd. 59,– €
Dominik Faber

Niederländisch

je 24 Ustd. = 8 × 135 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Niederländisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Taal vitaal (Hueber) L. 1 – 5
D73120 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Cheryl Boeschoten-Hartogh Heijs

D73121 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Ifna-Maria Schmaus-Ijzer

Niederländisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Taal vitaal (Hueber) L. 6 – 10
D73122 ab 13.11.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Cheryl Boeschoten-Hartogh Heijs

D73123 ab 20.11.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Ifna-Maria Schmaus-Ijzer

Niederländisch A2.1
Taal vitaal (Hueber) L. 11 – 15
D73124 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:45 Uhr
Ifna-Maria Schmaus-Ijzer

Niederländisch A2.2
Taal vitaal (Hueber) L. 16 – 20
D73126 ab 14.11.2012
Mi, 18:30 – 20:45 Uhr
Ifna-Maria Schmaus-Ijzer

Niederländisch B1.1
Nederlands in Actie (coutinho/ Klett Verlag) L. 1 – 3
D73128 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:45 Uhr
Anita Ukairo-van Dijk

Niederländisch B1.2
Nederlands in Actie (coutinho/ Klett Verlag) L. 4 – 6
D73129 ab 19.11.2012
Mo, 18:30 – 20:45 Uhr
Anita Ukairo-van Dijk

Nederlands op Niveau B2.1
U voelt zich al aardig thuis in (het) Nederland(s), maar wilt er nog iets bij leren? Dan is dit uw cursus! Nederlands op Niveau (coutinho/ Klett Verlag) L. 1 – 2
D73130 ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:45 Uhr
Anita Ukairo-van Dijk

Nederlands op Niveau B2.2
U voelt zich al aardig thuis in (het) Nederland(s), maar wilt er nog iets bij leren? Dan is dit uw cursus! Nederlands op Niveau (coutinho/ Klett Verlag) L. 3 – 4
D73131 ab 22.11.2012
Do, 18:30 – 20:45 Uhr
Anita Ukairo-van Dijk

Niederländische Konversation und Lektüre B2
Lektüre, Konversation und Wiederholung grammatischer Strukturen
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73132 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:45 Uhr
Anita Ukairo-van Dijk

D73133 ab 21.11.2012
Mi, 18:30 – 20:45 Uhr
Anita Ukairo-van Dijk

Nederlands op niveau B2 – C1
NL van A tot Z – ij zetten de puntjes op de i.
We werken met »Nederlands op Niveau« als leidraad en verder wordt er veel leermateriaal tijdens de les verdeeld.
D73135 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:45 Uhr
Gertruud van den Eijnden

D73136 ab 12.11.2012
Mo, 18:30 – 20:45 Uhr
Gertruud van den Eijnden

Nederlands voor liefhebbers
Lectuur en conversatie voor »moedertaalsprekers« en anderstaligen, die al Nederlands spreken. Iedere eerste maandag van de maand (als deze een feestdag is, de daaropvolgende maandag). Van 18:30 tot 19:30 uur: lectuur en bespreking van korte teksten, korte voordrachten etc. (vhs, gebouw C parterre, lokaal
C-007).
Vanaf 20.00 uur: conversatie in de vhs-Bistro »Leib & Seele«.
Info: Lutgard Wagner-Heidendal, Telefon (0 61 36) 61 72, Gerry Cornet (06 11) 4 81 26 en Johannes Hartung (06 11) 9 50 54 58.
Dit is een kosteloos aanbod van de vhs!
D73137 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 19:30 Uhr
Gerry Cornet

Persisch

je 24 Ustd. = 8 × 135 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 180,– €

In allen Persischkursen wird die formelle und informelle Sprache (gesprochene Alltagssprache und geschriebene Hochsprache) parallel vermittelt.

Persisch 1 (A1)
Der Erwerb der persischen Schrift ist eine der drei Komponenten von Persisch 1. Neben der Vermittlung der Grundstrukturen lernen Sie die persische Sprache in Alltagssituationen mit kommunikativen Übungen.
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Farsi baraye Zendegi (Mari Aradgoli Verlag) ab L. 1
D73151 ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 20:15 Uhr
Dr. Mari Aradgoli

Persisch 2 (A1)
In Persisch 2 vertiefen Sie grammatische Strukturen und Ihren Wortschatz. Parallel dazu lernen Sie mittels zahlreicher Sprichwörter und kurzer Lesetexte Mentalität und Kultur des Landes kennen. Gleichzeitig wird damit auch die persische Schrift gefestigt, Gespräche stehen im Kontext von Alltagsthemen.
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Farsi baraye Zendegi (Mari Aradgoli Verlag) ab L. 30
D73152 ab 21.11.2012
Mi, 18:00 – 20:15 Uhr
Dr. Mari Aradgoli

Polnisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (4 – 10 TN)
Kursgebühr: 145,– €

Polnisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Razem (Klett) ab L. 1
D73161 ab 4.9.2012
Di, 19:30 – 21:00 Uhr
Dominik Gruszczyk

Polnisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Witam! (Hueber) L. 4-6
D73162 ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 19:30 Uhr
Dominik Gruszczyk

Firmenseminare
Wir machen Ihre Leute fit!
Nähere Informationen Seite 87

Polnisch A1.3
Witam! (Hueber) L. 7 – 9
D73163 ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Dominik Gruszczyk

Polnisch ab B1 (Kleingruppe)
Anhand aktueller Zeitungsartikel und kurzer literarischer Texte, die wir gemeinsam lesen und besprechen, vertiefen und erweitern Sie Ihre Sprachfertigkeiten!
Für Teilnehmende mit guten bis sehr guten Kenntnissen.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73164 180,– €
ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Dominik Gruszczyk

Portugiesisch

je 30 Ustd. = 15 × 90 Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Diese Kurse richten sich an erwachsene Lernende, die Portugiesisch verstehen, sprechen, lesen und schreiben möchten. Sie vermitteln lebendige Alltagssprache, gewähren Einblick in die kulturell vielfältige Welt Brasiliens, gehen aber auch auf die Besonderheiten des europäischen Portugiesisch ein.
Durch viele lebhafte Lernspiele und Texte auf Portugiesisch werden Sie auch mit der Grammatik vertraut gemacht, Schwerpunkt ist aber die mündliche Kommunikation.
Außerhalb des Kurses gibt es das Angebot, zusammen brasilianisches Essen zu kochen und kulturelle Veranstaltungen über Brasilien oder Portugal zu besuchen.

Portugiesisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Oi, Brasil! (Hueber) L. 1 – 3
D73171 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Marina Bernhardt-Navarro

Portugiesisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Oi, Brasil! (Hueber) L. 4 – 6
D73172 ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Marina Bernhardt-Navarro

Portugiesisch A1.3
Oi, Brasil! (Hueber) L. 7 – 9
D73173 ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Marina Bernhardt-Navarro

Portugiesisch A1.4 (Kleingruppe)
Oi, Brasil! (Hueber) L. 10 – 12
D73174 24,00 Ustd. 145,– €
ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Marina Bernhardt-Navarro

Portugiesische Konversation B1/B2
Für Fortgeschrittene
É falando que se aprende
Leitura, compreensão, interpretação e discussão de textos literários, da mídia, de situações da vida cotidiana, da música brasileira e outros. Ampliação do vocabulário, revisão e aplicação da gramática através de atividades variadas, dinâmicas e agradáveis.
D73175 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Marina Bernhardt-Navarro

Russisch

je 24 Ustd. = 8 × 135 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

164 Mio. Menschen auf unserem Planeten sprechen Russisch – warum nicht auch Sie? Wer kennt nicht die süßen »Matrjoschkas«? Wer hat nicht schon mal »Blini« gegessen oder einen »Wodka« getrunken? Doch reicht Ihnen dieser Wortschatz aus?
Mit uns lernen Sie alles, was Sie brauchen, um in Russland zurecht zu kommen – vom kyrillischen Alphabet, über die Fertigkeiten Sprechen, Hören, Lesen und Schreiben, bis hin zu Kultur, Land und Leuten. Der Kurs richtet sich nicht nur an Russlandreisende, sondern auch an Teilnehmende mit beruflichen Kontakten nach Russland und Sprachinteressierte. Wir freuen uns auf Sie!

Russisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sprachkurs Russisch, Schnell und intensiv (Hueber) L. 1 – 3
D73181 ab 5.9.2012
Mi, 18:15 – 20:45 Uhr
Jana Kananova

Russisch A1.2
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sprachkurs Russisch, Schnell und intensiv (Hueber) L. 4 – 5
D73182 ab 21.11.2012
Mi, 18:15 – 20:45 Uhr
Jana Kananova

Russisch A1.3
Sprachkurs Russisch, Schnell und intensiv (Hueber) L. 6 – 8
D73183 ab 7.9.2012
Fr, 18:15 – 20:45 Uhr
Jana Kananova

Russisch A1.4
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73184 ab 16.11.2012
Fr, 18:15 – 20:45 Uhr
Jana Kananova

Russisch A2.1
Für Teilnehmende auf dem Niveau Ende A1 und Wiedereinsteiger/innen (6 Samstage)
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73185 ab 29.9.2012
Sa, 9:30 – 12:45 Uhr
Jana Kananova

Schwedisch

je 30 Ustd. = 15 (10) × 90 (135) Min. (6 – 12 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Schwedisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Tala svenska A1 (Groa) ab L. 1
D73200 ab 25.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Eva Windrath-Almblad

Neu! Schwedisch A1.1 (Wochenendkurs)
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die gerne übers Wochenende einmal im Monat intensiv lernen möchten. Wir arbeiten mit kommunikativen und praxisnahen Übungen und Rollenspielen.
Lernen Sie Schwedisch mit Spaß!
Välkomna!
Tala svenska A1 (Groa) L. 1 – 6
22. – 23.9., 27. – 28.10., 17. – 18.11., 8. – 9.12.12
D73201 ab 22.9.2012
Sa + So, 10:00 – 14:00 Uhr
Annelie Gunnarsson

Die vhs Wiesbaden führt die Schwedischprüfungen **SWEDEX A2, B1** und **B2** durch; nähere Informationen auf Seite 90.
Auf Wunsch kann auch ein Vorbereitungskurs dazu angeboten werden; bitte wenden Sie sich an die Fachbereichsleitung.

Schwedisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen. Välkomna!
Javisst! (Hueber) L. 6 – 10
D73202 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Helena Cederqvist

Schwedisch A2.1
Javisst! (Hueber) L. 10 – 14
D73203 ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Helena Cederqvist

Schwedisch A2.2
Javisst! (Hueber) ab L. 15
D73204 ab 25.9.2012
Di, 20:00 – 21:30 Uhr
Eva Windrath-Almblad

Schwedisch B1.1
Jaså (Hueber) ab L. 1
D73205 ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Annika Hacklin

Schwedisch B1.2
Jaså! (Hueber)
D73206 ab 26.9.2012
Mi, 18:30 – 20:45 Uhr
Eva Windrath-Almblad

Svenska för DIG!
Svenska för DIG är en individanpassad kurs där du lär dig just det DU behöver och får förstärkning i det du redan kan.
Dieser neue Schwedischkurs wird maßgeschneidert für jeden, der bereits mehr oder weniger Schwedisch kann, vorhandene Grundkenntnisse auffrischen und mehr lernen möchte (ab ca. B1). Texte, Material und Kursinhalte werden mit Ihnen abgesprochen und Tempo und Methoden werden den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmenden angepasst. Auf Wunsch und bei vorhandenen Kenntnissen auch Vorbereitung auf die SWEDEX-Prüfung möglich.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73207 ab 3.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Annika Hacklin

Serbisch

Siehe Kroatisch/Bosnisch/Serbisch Seite 116

Swahili

24 Ustd. = 12 × 90 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 180,– €

Swahili ist eine der wichtigsten Verkehrssprachen Ost-Afrikas. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Sprache und frei in Swahili zu kommunizieren. Der Kurs ist sowohl für Reisende und Sprachinteressierte gedacht, als auch für Teilnehmende, die in einem ost-afrikanischen Land arbeiten möchten.

Swahili A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73212 ab 1.11.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Raija Kramer

Thai

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (4 – 8 TN)
Kursgebühr: 145,– €

Thai A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Sanùg sabaai A1 (Klett) ab L. 1
D73221 ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Duangporn Schermuck

Thai A1.3
Einstieg Thai (Hueber) ab L. 5
D73223 ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Duangporn Schermuck

Tschechisch

je 24 Ustd. = 12 × 90 Min. (4 – 8 TN)
Kursgebühr: 145,– €

Tschechisch A1.2 (Kleingruppe)
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Tschechisch Schritt für Schritt (Akropolis) ab L. 4
(3 – 6 TN, 180,– €)
D73232 ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr
Jaroslav Kříž

Tschechisch A2.1
Tschechisch Schritt für Schritt (Akropolis) ab L. 13
D73234
ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Jaroslav Kříž

Tschechische Lektüre und Konversation B1
Hier lesen und diskutieren Sie Zeitungs- und Zeitschriftentexte mit aktuellem Bezug auf das Geschehen in der Tschechischen Republik. Andere Textformen wie Kurzgeschichten oder Märchen wechseln moderne Medien ab, daneben können Sie bestimmte grammatische Aspekte und Wortschatzstrukturen vertiefen.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D73235 ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Jaroslav Kříž

Türkisch

je 24 Ustd. = 8 × 135 Min. (5 – 10 TN)
Kursgebühr: 115,– €

Türkisch A1.1
Kolay gelsin! (Klett) L. 1 – 2
D73241 ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 20:15 Uhr
Seher Gökçe

Türkisch A1.2
Kolay gelsin! (Klett) L. 3 – 4
D73242 ab 15.11.2012
Do, 18:00 – 20:15 Uhr
Seher Gökçe

Türkisch A1.3
Kolay gelsin! (Klett) L. 5 – 6
D73243 ab 7.9.2012
Fr, 18:00 – 20:15 Uhr
Nilüfer Sahin

Türkisch A1.4
Kolay gelsin! (Klett) L. 7 – 8
D73244 ab 16.11.2012
Fr, 18:00 – 20:15 Uhr
Nilüfer Sahin

Türkisch A2.1
Kolay gelsin! (Klett) L. 9 – 10
D73245 ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Seher Gökçe

Türkisch A2.2
Kolay gelsin! (Klett) L. 11 – 12
D73246 ab 13.11.2012
Di, 18:30 – 20:45 Uhr
Seher Gökçe

Türkisch B2.1
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D73248 27 Ustd. 130,– €
ab 7.9.2012
Fr, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa, 12:00 – 17:00 Uhr
Mehtap Genctürk

Türkisch B2.2
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben.
D73249 27 Ustd. 130,– €
ab 16.11.2012
Fr, 19:00 – 21:15 Uhr
Sa, 12:00 – 17:00 Uhr
Mehtap Genctürk

Neu!
Türkisch als Muttersprache
Türkçeyi iyi konuşuyorum, fakat hiç yazamıyorum!
Bazen Türk arkadaşlarımla almanca konuşuyorum, çünkü söylemek istediğim kelimelerin türkçesini bilmiyorum. Eğer türkçeyi okulda öğrendiğim diğer diller gibi öğrenmiş olsaydım, konuşurken kendime daha çok güvenirdim. Türkiye´de büyümediğim hemen anlaşılıyor, keşke bunu değiştirmenin bir yolu olsa! Bu cümlelerden en az birini siz de bazen içinizden geçiriyorsaniz, bu kurs tam da size göre!
8.9., 29.9., 27.10., 17.11., 8.12.2012; 12.1.2013
D73250 18,00 Ustd. 86,– €
ab 8.9.2012; Sa, 9:00 – 11:15 Uhr
Mehtap Genctürk

Ungarisch

24 Ustd. = 12 × 90 Min. (3 – 6 TN)
Kleingruppengebühr: 180,– €

Ungarisch A1.1
Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse
Szituációk (Hueber) ab L. 1
D73251 ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Lili Fleischmann

Ungarisch A1.2
Für Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen
Szituációk (Hueber) ab L. 3
D73252 ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Lili Fleischmann

Niveau	Niveaustufen Andere Sprachen A-Z	Niveaustufen intensiv: Norwegisch, Schwedisch
C2	-	-
C1	C1	C1
B2	B2	B2
B1	B1.1, B1.2, B1.3, B1.4	B1.1, B1.2 = Ende B1
A2	A2,1, A2.2, A2.3, A2.4	A2.1, A2.2 = Ende A2
A1	A1.1, A1.2, A1.3, A1.4	A1.1, A1.2 = Ende A1

Information s. S. 89

Zusatzqualifizierungen Deutsch als Zweitsprache

Neu:
Kombinierte Zusatzqualifizierung DaZ verkürzt/unverkürzt ZQ 32
Akkreditiert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

Eine wichtige Voraussetzung für den Erfolg der Integrationskurse sind gut qualifizierte Lehrkräfte. Zum Profil einer gut qualifizierten Lehrkraft zählt neben einer hohen fachlichen Qualifikation auch eine hohe pädagogische sowie interkulturelle Kompetenz.

Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, sollen in Integrationskursen nur Lehrkräfte unterrichten, die durch ein Direkt- bzw. Ergänzungs- oder Aufbaustudium entweder einen Abschluss in Deutsch als Fremdsprache- oder in Deutsch als Zweitsprache (DaF-/DaZ-Abschluss) besitzen.

Soweit diese fachlichen Qualifikationen nicht vorliegen, ist eine Zulassung zur Lehrtätigkeit nur möglich, wenn die Lehrkraft an einer vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) vorgegebenen Zusatzqualifizierung teilgenommen hat.

Wir bieten Ihnen eine neue Qualifizierung an, die die verkürzte und unverkürzte Zusatzqualifizierung miteinander kombiniert, d.h., wenn Sie eine unverkürzte Zusatzqualifizierung absolvieren müssen, nehmen Sie an allen Modulen teil.

Wenn Sie nur eine verkürzte Zusatzqualifzierung nachweisen müssen, nehmen Sie nur an einem verkürzten Programm teil (anteilige Gebühr: € 650,–).

Sie können jedoch gerne zusätzliche Module gegen entsprechenden Aufpreis buchen. Nähere Info dazu beim Fachbereich.

Ein Team erfahrener DaZ-Expertinnen mit einer Ausbildung in ganzheitlicher Methodik wird Ihnen fachliche und methodische Kenntnisse vermitteln, die Ihrem Unterricht eine neue Basis geben, Ihre Arbeit erfolgreich gestalten und die aktuellen Neuerungen einbeziehen, die sich in den letzten Jahren im DaZ-Bereich entwickelt haben. Dieses Training bezieht entsprechend dem Konzept des BAMF alle Vermittlungsgebiete ein: Lese- und Hörverstehenstechniken, Wortschatzvermittlung und Wortschatzarbeit, textlinguistische Ansätze, interaktive und induktive Grammatikvermittlung, Texterschließung und das Schreiben von Texten, Phonetik- und Intonationstraining, interkulturelle Fragestellungen u.a.m. (siehe Stoffplan).

Eine Besonderheit ist im Konzept der Volkshochschule Wiesbaden e.V., dass jede Phase der Ausbildung i.d.R. von zwei (!) Trainerinnen betreut wird, die das Konzept des BAMF mit besonderer Betonung der dort gewünschten ganzheitlichen Methodik umsetzen.

Die Teilnahme an der Zusatzqualifizierung wird durch ein Zertifikat nachgewiesen und berechtigt dazu, in Integrationskursen des Bundesamtes zu unterrichten.

Das Zertifikat wird nach erfolgreicher Erstellung eines abschließenden Portfolios durch das BAMF ausgestellt.

Für Lehrkräfte, die diese Zusatzqualifizierung für ihre Lehrtätigkeit in Integrationskursen benötigen, gibt es die Möglichkeit eine Bildungsprämie zur beantragen, die einen Teil der Kosten abdeckt.

Teilnahmekosten:
Unverkürzte ZQ (140 Ustd.) € 1300,–
Verkürzte ZQ (70 Ustd.) € 650,–
Zusatzmodule (4 Ustd.) je € 36,– (= ½ Tag)
Zusatzmodule können bei Anmeldung oder auch während des Seminars gebucht werden.

Der Eigenanteil wird sofort bei Anmeldung fällig. Nähere Information erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung.

Wichtig: Für die Teilnahme an der Fortbildung sind Office-Grundkenntnisse und ein Internetzugang erforderlich!

E77001 140,00 Ustd. 1300,– €
18 ×, Termin in Vorbereitung
Fr, 9:30 – 17:00 Uhr

Additive Zusatzqualifikation Alphabetisierung für DaZ (AZQ 3)
Akkreditiert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF)

Alle Unterrichtenden in Alphabetisierungskursen müssen in Zukunft die Additive Zusatzqualifikation Alphabetisierung in DaZ nachweisen. Diese Zusatzqualifikation können Sie in diesem Seminar erwerben.

Für Lehrkräfte, die diese additive Zusatzqualifizierung benötigen, gibt es die Möglichkeit eine Bildungsprämie zur beantragen.
Anmeldung: Nur persönlich oder schriftlich, gegebenenfalls original Prämiengutschein einreichen! Kopie der BAMF-Zulassung beilegen. Der Eigenanteil beträgt dann 375,– €.

Der Eigenanteil wird sofort bei Anmeldung fällig.

Eine Anmeldung per Email ist nur ohne Prämiengutschein möglich! Bitte legen Sie uns eine Kopie Ihrer Zulassung zur Lehrtätigkeit im Integrationskurs Deutsch als Zweitsprache gem. §15 Abs.2 Integrationskursverordnung vor (BAMF) mit dem BAMF-Aktenzeichen bei.

Nähere Information erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung.

Wichtig: Für die Teilnahme an der Fortbildung sind Office-Grundkenntnisse und ein Internetzugang erforderlich!

D77011 100,00 Ustd. 750,– €
10 Tage, ab 17.8.2012
Fr, 9:30 – 17:00 Uhr
Monika Möller-Frorath, Sandra Kroemer

Quereinsteiger im DaZ-Unterricht

Auch Kursleitende mit viel Erfahrung stellt eine TN-Gruppe immer wieder vor neue Herausforderungen: die so genannten »Quereinsteiger/innen«. Meistens schon lange in Deutschland, können sie kommunizieren, haben jedoch durch ihren ungesteuerten Spracherwerb große Probleme in Hinsicht auf Korrektheit, Verständlichkeit und Schreiben. Diese Teilnehmen-den tauchen besonders in den Förderkursen auf, finden sich jedoch auch in regulären Integrationskursen und in den Lesen-und-Schreiben-Kursen auf höherem Niveau.
In der Fortbildung werden wir die besondere Problematik dieser TN-Gruppe näher beleuchten. Wir beschäftigen uns
– mit dem Rahmencurriculum für Integrationskurse, seinen Handlungsfeldern und Lernzielen
– mit der Fertigkeit Sprechen und der Frage, wie man »Fließend-falschsprecher« auf B1-Niveau bringt
– mit der Fertigkeit Schreiben, Schreibaktivitäten und den Umgang mit Fehlern.

Da es kein spezielles Lehrwerk für diese TN-Gruppe gibt, werden verschiedene Zusatzmaterialien und Methoden vorgestellt, die im Unterricht hilfreich sein können.
D77200 10,00 Ustd. 99,– €
1 ×, ab 1.12.2012
Sa, 9:30 – 17:00 Uhr
Britta Weber, Michaela Brinitzer

DaZ-Grammatikunterricht macht (doch) Spaß!
Akkreditiert durch IQ-Hessen unter IQ-Nr.: 01167881

Grammatikunterricht muss nicht schwierig, trocken oder langweilig sein. In dieser Fortbildung erfahren Sie, wie man Grammatik kurzweilig, verständlich und spielerisch an den Mann / die Frau bringen kann. Wir machen uns zunächst Gedanken über eine sinnvolle Progression und überlegen uns dann, wie man das Wesentliche eines Grammatikthemas be-greif-bar und multisensorisch den Lernenden vermitteln kann. Bei genügend Raum für Ideenaustausch erwartet Sie ein Tag voller Spaß, Spiel und Spannung!
D77201 10,00 Ustd. 99,– €
1 ×, ab 22.9.2012
Sa, 9:30 – 17:00 Uhr
Vera Seibel, Michaela Brinitzer

Neu:
Schreibanlässe im DaZ-Unterricht

»Ich schreibe nicht gerne!« – Diese Aussage hört man immer wieder, und zwar nicht nur von Teilnehmenden, sondern auch von KursleiterInnen. Um Schreibhemmungen zu überwinden und unsere TeilnehmerInnen zum freien Schreiben anzuregen stellt dieser Workshop kreative Schreibanlässe vor, die die Phantasie anregen und Spaß machen.
D77202 10,00 Ustd. 99,– €
1 ×, ab 17.11.2012
Sa, 9:30 – 17:00 Uhr
Vera Seibel, Michaela Brinitzer

EUROLTA-Qualifizierungen für Sprachkursleitende

Neu:
EUROLTA-Basisqualifizierung
EUROLTA Certificate in Language Teaching to Adults
Trainingssystem für Sprachkursleitende aller Sprachen

EUROLTA ist eine zertifizierte, methodisch-didaktische Ausbildungsreihe für Sprachkursleitende. Die EUROLTA Seminarreihen orientieren sich in ihren Inhalten und Zielen an den Vorgaben des EUROLTA-Framework for Teacher Training and Certification von ICC (International Language Network).
Die EUROLTA Basisseminarreihe bietet Ihnen die Grundlagen für die Tätigkeit als Sprachkursleiter/Sprachkursleiterin in der Erwachsenenbildung. Mit dem erfolgreichen Abschluss der EUROLTA Basisseminarreihe erhalten Sie das hvv-Basiszertifikat.
Die EUROLTA Seminarreihen werden angeboten:
– Sprachübergreifend (Seminarsprache: Deutsch)
– Sprachspezifisch (Englisch, Französisch, Italienisch, Spanisch)

EUROLTA Basisseminarreihe
Themen:
– Der Europäische Referenzrahmen
– Das Europäische Sprachenportfolio
– Lernerpersönlichkeiten
– Umgang mit heterogenen Lerngruppen
– Lernen in der Gruppe
– Die vier Fertigkeiten: Hören, Sprechen, Lesen, Schreiben
– Wortschatzvermittlung
– Grammatikvermittlung
– Übungsformen
– Fehleranalyse und Korrektur
– Unterrichtsplanung
– Umgang mit Lehrwerken
– Soziokulturelle und interkulturelle Aspekte in Unterricht
– Medienkompetenz
– Eigene Unterrichtsdemonstration

Zur EUROLTA Zertifizierung gehören die Erstellung eines Dossiers und eine hospitierte Unterrichtsstunde.
Wichtige Komponenten:
Voraussetzung für die Teilnahme an einer EUROLTA Basisseminarreihe: Sie beherrschen die Sprache, die Sie unterrichten oder unterrichten möchten (Niveaustufe C1).
Selbsterfahrung und Reflexion: Sie erleben sich selbst in der Rolle der Sprachkursteilnehmer/-innen und reflektieren über Ihre eigenen Unterrichtserfahrungen.
Nähere Information erhalten Sie bei der Fachbereichsleitung Sprachen und dem hvv: http://hvv.vhs-bildung.de/fortbildung/sprachen/aktuellefortbildungsangebote, Anmeldung über den hvv.
E77400 50,00 Ustd. 550,– €
Haus C
5 Samstage, Termin in Vorbereitung

Neu: EUROLTA-Aufbauseminar
EUROLTA Certificate in Language Teaching to Adults

Die EUROLTA Ausbildung gliedert sich, wie folgt:
– Basisseminar (sprachübergreifend!)
– Aufbauseminar (sprachübergreifend!)
– EUROLTA Certificate in Language Teaching to Adults

Zielsetzung des Aufbauseminars:
Am Ende des EUROLTA Aufbauseminars können Sie Sprachunterricht im Rahmen vorgegebener Konzepte, Lehrpläne und Lehrmittel vorbereiten, durchführen und auswerten.
Themen:
– Lernstrategien
– Lernerautonomie
– Verknüpfung der vier Fertigkeiten
– Einsatz von Bildern
– Binnendifferenzierung
– Wortschatzvermittlung
– Aussprache
– Unterrichtsplanung
– Interkulturelles Lernen
– Selbsteinschätzung
– Einsatz von authentischen Materialien
– Medienkompetenz
– Hospitationskriterien
– Selbständige Erstellung eines EUROLTA Dossiers – bestehend aus vier Projekten
– Eine hospitierte Unterrichtsstunde
– Arbeiten mit dem EUROLTA Qualifizierungsportfolio für Sprachkursleitende

Voraussetzungen:
Sie haben die EUROLTA Basisseminarreihe besucht oder können mit dem EUROLTA Zulassungsdossier eine entsprechende Grundausbildung nachweisen. Sie bringen Unterrichtserfahrung in der Erwachsenenbildung mit und leiten während der EUROLTA Ausbildung mindestens einen Kurs.

Abschluss:
hvv-EUROLTA-Aufbauzertifikat
Nach dem erfolgreichen Abschluss der EUROLTA Aufbauseminarreihe erhalten Sie das hvv-Aufbauzertifikat.
Achtung: Sie können für diese Fortbildung Bildungsprämie beantragen!

Die Anmeldung zu diesem Seminar erfolgt nur über den Hessischen Volkshochschulverband (hvv): http://hvv.vhs-bildung.de/fortbildung/sprachen/aktuellefortbildungsangebote oder per E-Mail unter info@vhs-in-hessen.de
D77400 50,00 Ustd. 550,– €
5 Samstage, ab 22.9.2012
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Myriam Fischer Callus, Doro Thommes

Fachbereichsübergreifende Fortbildungen

Erwachsenenpädagogische Qualifizierung (Zertifikat EPQ)
Dieses Angebot richtet sich an Kursleiterinnen und Kursleiter
– die neu bei uns unterrichten
– die ihren Unterricht mit Erwachsenen verbessern wollen
– die an einer kontinuierlichen Weiterentwicklung ihrer Professionalität interessiert sind
– die einen Qualifikationsnachweis benötigen.

Die Fortbildungsreihe schließt mit dem hvv-Zertifikat EPQ ab und umfasst insgesamt 10 Seminartage à 8 Ustd. (80 Ustd.).

Teil I	vhs als Lernort und Aufgabenfeld
Teil II	Allgemeine Erwachsenenpädagogik
Teil III	Fachbezogene Erwachsenenpädagogik
Teil IV	Fachtag
Teil V	Abschlusskolloquium

Die erwachsenenpädagogische Qualifizierung findet in Kooperation zwischen den Volkshochschulen Hochtaunuskreis, Main-Taunus-Kreis, Rheingau-Taunus und Wiesbaden statt und wird an wechselnden Standorten durchgeführt. Nähere Informationen zu unten angegebenen Seminaren erhalten Sie über die FB-Leitungen. Eine Anmeldung ist möglich bis spätestens 14 Tage vor Seminarbeginn.

Teil I:
vhs als Lernort und Aufgabenfeld
Angebot für neue und interessierte Dozent/innen der vhs Wiesbaden
Fr, 21.9.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Leitung: Hartmut Boger
Ort: vhs Wiesbaden
Anmeldung unter EPQ 2.2012

Teil II: Allgemeine Erwachsenenpädagogik

»Lernen lernen« und »Die Rolle der Kursleitung«
Leitung: Erika Scheider
Sa, 15.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 16.12.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Die Seminare sind nur zusammen buchbar.
Gebühr für beide Seminare:
€ 120,–
(für KL aus dem Koop.Verbund)
€ 240,– (für externe KL)
Ort: vhs Wiesbaden
Information und Anmeldung:
Renate Menning (06 11) 98 89-141

»Gruppen leiten« und »Qualitätsentwicklung und -sicherung in der Kurspraxis«
Leitung: Erika Scheider
Sa, 19.1.2013, 10:00 – 17:00 Uhr
So, 20.1.2013, 10:00 – 17:00 Uhr
Die Seminare sind nur zusammen buchbar.
Gebühr für beide Seminare:
€ 120,00
(für KL aus dem Koop.Verbund)
€ 240,00 (für externe KL)
Ort: vhs Wiesbaden
Information und Anmeldung:
Renate Menning (06 11) 98 89-141

Über weitere Fortbildungsangebote des Hessischen Volkshochschulverbandes und anderer Anbieter informieren die Fachbereichsleitungen.

Im Rahmen der angebotenen Veranstaltungen wollen wir
- zu einer selbstbewussten und gesundheitsorientierten Lebensführung anregen
- Kenntnisse zu spezifischen Krankheitsbildern vermitteln
- die Auseinandersetzung mit speziellen Heil- und Behandlungsverfahren ermöglichen
- zum Kennenlernen und Ausprobieren von Möglichkeiten zur körperlichen Bewegung und zur seelischen und körperlichen Entspannung anregen.

Der folgende Wegweiser gibt Ihnen einen ersten Überblick über unser umfangreiches Angebot.
Wir freuen uns über Ihr Interesse und beraten Sie gerne.

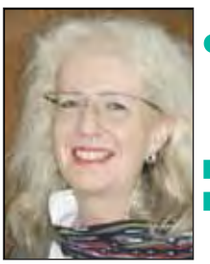
Inhalt

Natur	122
Ernährung	124
Stilberatung/Kosmetik	128
Psychologie und psychische Gesundheit	128
Weiterbildungen im Gesundheitsbereich	132
Prävention und Gesundheitsbildung	133
Erkrankungen und Heilmethoden	135
Entspannung und Körpererfahrung	137
Sport und Bewegung	144
Tanz	149
Wassersport	152

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V
Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung/Entspannung und Suchtmittelkonsum kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird. Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Renate Menning
Leiterin
des Fachbereiches
Gesundheit und Natur
E-Mail: rmenning@
vhs-wiesbaden.de

Fachbereichsassistenz:



Susanne Petzoldt
Telefon
(06 11) 98 89–140
E-Mail: spetzoldt@
vhs-wiesbaden.de

Die Veranstaltungen finden in den vhs-Gebäuden im Europaviertel statt, wenn kein anderer Ort angegeben ist!

Gesundheit und Natur

Natur, Wohnen, Leben mit Tieren

Natur

Survival-Training

Bei dem Survival-Training für Erwachsene im Naturcamp Nahetal in Monzingen/Nahe können Sie die ganze Palette des Überlebens und des Lebens in, aus und mit der Natur kennen lernen. Das Survival-Training bietet viele erlebnispädagogische Höhepunkte.
Themenangebote:
– Knotenkunde und Baumklettern mit Top-Rope-Sicherung
– Überwinden von »Schluchten« auf dem doppelten und einfachen Seilsteg
– Abseilen im Abseilachter, Begehung der Burmabrücke
– Feuer machen mit natürlichen und künstlichen Hilfsmitteln
– Nahrungsbeschaffung aus der Natur und Zubereitung (Beeren, Früchte, Pflanzen, Heilkräuter)
– Orientieren mit natürlichen und künstlichen Hilfsmitteln
– Lagerfeuer mit Essenszubereitung
Im Preis inbegriffen sind: ein »Zweitfrühstück« und ein deftiges Mittagessen, ständige Begleitung und Anleitung durch qualifizierte Trainer, Bereitstellung spezifischer Ausrüstung. Die Tagesveranstaltung findet bei jeder Witterung statt. Mitnahme von Hunden nicht möglich.
Bitte mitbringen: Festes Schuhwerk und dem Wetter angepasste Kleidung
C80020 10,67 Ustd. 85,– €
Naturcamp Nahetal in Monzingen
1 Tag, 16.6.2012
Sa, 9:00 – 17:00 Uhr
Beate Thome

Wetterkunde für Jedermann

Die Sprache der Wolken und des Himmels
E88800 6,67 Ustd. 30,– €
2 Vormittage, 3.2. und 17.2.2013
So, 10:00 – 12:30 Uhr
Sumi Krupp
Nähere Informationen auf Seite 154.

Wildlife

Erfahrungsfeld Fasanerie für Kinder/Jugendliche (10 – 14 Jahre)
D989100 23,33 Ustd. 49,– €
Fasanerie Klarenthal, Treffpunkt Haupteingang
5 Vormittage, 2.7. – 6.7.2012
Mo – Fr, 9:30 – 13:00 Uhr
Christian Klaproth
Nähere Informationen auf Seite 164.

Pilzführung

Interessieren Sie sich für Pilze und mögen Sie die Natur? Weitere Voraussetzungen benötigen Sie nicht für diese Exkursion. Sie sammeln Pilze, die anschließend gemeinsam besprochen werden. Ziel ist es, Giftpilze und markante Speisepilze zu erkennen.
Bringen Sie bitte einen Korb, ein Messer und ein nicht zu großes Pilzbuch mit.
Treffpunkt: Parkplatz am Waldfriedhof Dotzheim, Frauensteiner Straße
D80025 5,33 Ustd. 19,– €
Parkplatz am Waldfriedhof Dotzheim
1 Tag, 16.9.2012
So, 10:00 – 14:00 Uhr
Franz Heller

D80030 5,33 Ustd. 19,– €
Parkplatz am Waldfriedhof Dotzheim
1 Tag, 7.10.2012
So, 10:00 – 14:00 Uhr
Franz Heller

Die Magie der Heilpflanzen

An diesem Abend werden Ihnen die magischen Aspekte einiger Heilpflanzen vorgestellt, u. a.:
– Beifuß, der Hüter der Kraft
– Signaturenlehre, die Zeichen der Pflanzen
– natürliche Antibiotika in Heilpflanzen
– Gänseblümchen, verborgene Kraft im Kleinen
Sie wandern anhand einer DVD mit dem Dozenten durch dessen Kräutergarten und erfahren viel Wissenswertes über Anwendung und Wirkweise der gezeigten Heilkräuter. Im Anschluss daran bleibt viel Zeit für Fragen und Antworten.
Bitte Notizblock und Schreibzeug mitbringen.
D80050 2,67 Ustd. 12,– €
Villa Schnitzler
1 Abend, 26.9.2012
Mi, 19:00 – 21:00 Uhr
Karl-Heinz Kollert

Die faszinierende Welt der (Heil-)Pflanzen

Wussten Sie, dass (Heil-)Pflanzen einen ganz individuellen Entwicklungsprozess durchlaufen und dem menschlichen Organismus auf verschiedenen Ebenen eine gute Unterstützung geben können? In diesem Seminar geht es um die Wirkungsweisen von (Heil-)Pflanzen und speziell um die unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten bei Erkältungen.
Die Dozentin verbindet ihre Kenntnisse als Gärtnerin und Heilpraktikerin und führt Sie in die faszinierende Welt der (Heil-)Pflanzen ein.
D80060 2,00 Ustd. 10,– €
1 Abend, 28.11.2012
Mi, 19:00 – 20:30 Uhr
Petra Schnöde

Wohnen

Feng Shui

Wohnen in Harmonie
Wir alle wünschen uns ein schönes und harmonisches Zuhause. Räume, in denen wir uns wohlfühlen, Ausgleich finden und die uns Kraft schenken. Anhand Ihres persönlichen Grundrisses lernen Sie, wie Ihre Umgebung, Himmelsrichtungen, Farben, Formen und Symbole ihre eigene Kraft entfalten und energetisch wirken.
Ziel des Seminars ist, Ihren Lebensraum mit einfachen Mitteln so zu gestalten, dass viel positive Energie aktiviert und schädliche Einflüsse abgewendet werden. Dadurch finden Sie zu innerer Harmonie, Gesundheit und Lebensfreude.
Die Dozentin ist Dipl.-Designerin für Innenarchitektur und Feng Shui Beraterin.
D80130 12,00 Ustd. 52,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Karin Weis

Leben mit Tieren

Samtpfoten

Artgerecht halten, verwöhnen und erziehen
In deutschen Haushalten leben inzwischen über acht Millionen Hauskatzen. Eine Menge Ratgeber versuchen Katzenhaltern zu vermitteln, was eine Katze zu ihrem Glück braucht. Aber wie realistisch sind die Katzenträume tatsächlich, die uns der »Fach«-Handel tagtäglich vorgaukelt?
Warum benutzen Katzen zum Wetzen ihrer Krallen immer noch viel lieber unsere Sofas und Teppiche und nur selten ihre teuren Kratzbäume? Ist es wirklich ausreichend die Katze zufrieden zu wähnen, solange sie nur ausreichend Futter, eine ordentliche Katzentoilette und ein paar Streicheleinheiten von uns erhält? Wie bedeutsam ist es tatsächlich, ob die Katze ein Freigänger- oder ein Stubentiger-Leben führen kann?
Ob Sie nun als ein erfahrener Katzenprofi oder als »Neuling« in einer Wohngemeinschaft mit Katzen leben: In dieser Veranstaltung werden Sie überrascht – und zwar mit einer Fülle von Tipps und Tricks zur artgerechten Katzenhaltung (aus Katzensicht), zur zuverlässigen Erziehung und zur Lösung von so manchem großen oder kleinen Problemchen, wie z. B. dem Tierarztbesuch.
Als Highlight werden Sie in diesem Seminar einmal einen kleinen Katzentraum mit Ihren eigenen Händen erschaffen. Neugierig? Die Referentin, die Diplomethologin (BA) ist, freut sich auf Sie.
Bitte am 1. Kursabend 5,– Euro Materialkosten direkt an die Kursleiterin zahlen.
D80280 6,00 Ustd. 26,– €
2 Abende, ab 13.11.2012
Di, 19:00 – 21:15 Uhr
Gabriela Kaetzke

Angst und Stress bei Hunden

Angst und Stress sind immer häufiger auftretende Phänomene bei Hunden. Die Palette reicht vom »scheuen Sensibelchen« über den »nervösen Hund« bis hin zum so genannten »Angstbeißer«. Leider ist es eine Tatsache, dass Stress kumuliert und Angst einen expansiven Charakter hat. Das bedeutet, dass beide Phänomene im Lauf der Zeit schlimmer werden, wenn man ihnen nicht heilend begegnet. Wo aber fängt Stress eigentlich an? Was sind seine eigentlichen Ursachen? Wie sehen erste Warnsymptome aus?
In diesem Seminar werden Sie sich mit verschiedenen Stress- und Angsttypen auseinander setzen und Symptome und Behandlungswege aufgezeigt bekommen. Das Ganze wird mit ausreichend Bildmaterial aufgelockert, damit zumindest Sie schon mal nicht in Stress beim Lernen geraten.
Sie sind der einzige Mensch, der Ihrem Hund zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit verhelfen kann.
Die Referentin ist Diplomethologin (BA).
D80290 6,00 Ustd. 26,– €
2 Abende, ab 6.12.2012
Do, 19:00 – 21:15 Uhr
Gabriela Kaetzke

Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) für Tiere

Von den verschiedenen Diagnosemöglichkeiten, über Ernährungshinweise bis hin zu den Behandlungstechniken erhalten Sie an diesem Abend einen Einblick in die überaus komplexen und erfolgreichen Behandlungsstrategien der TCM.
Nach einer kleinen Einführung werden Wege aufgezeigt, wie akute und chronische Erkrankungen mit einfachen Mitteln, wie z. B. der Akupunktur, geheilt werden können. Da die Akupunktur in unseren Breitengraden fast ausschließlich zur Schmerzbekämpfung eingesetzt wird, ist den wenigsten bekannt, was diese Technik zu leisten vermag.
Ob eine einfache Gastritis, eine Erkältung, ein Durchfall oder schwerwiegende Erkrankungen wie Autoimmunerkrankungen, Allergien, Spondylose, Herz-Kreislauf-Schwächen u. v. a. – selbst bei Erkrankungen, bei denen die Schulmedizin ein Tier bereits aufgegeben hat, vermag die TCM noch mit guten Ergebnissen zu überraschen. Dass es sich dabei um kein Hexenwerk handelt, erfahren Sie anhand verschiedener Fallbeispiele, die mit entsprechendem Bildmaterial aufgearbeitet wurden.
Die Referentin ist Diplomethologin (BA).

D80310 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 27.9.2012
Do, 19:00 – 21:15 Uhr
Gabriela Kaetzke

Ernährung und Hautkrankheiten, Allergien, Juckreiz!

Das sind die aktuellen Themen bei Hunden und Katzen. Hängen sie zusammen? Ist Cortison das einzig Wirksame? Was kann der/die Besitzer/in erkennen und tun?
Um diese und weitere Fragen geht es an dem Abend. Es werden anhand von bebilderten Fallbeispielen Zusammenhänge erklärt und die Kursteilnehmer/innen erlernen »einen Blick fürs Wesentliche«, was die Gesundheit ihrer Tiere anbelangt. So springen ihnen bereits vor der Erkrankung ihres Tieres Auffälligkeiten ins Auge, bei deren Beachtung eine Erkrankung verhindert werden kann. Aber auch erkrankte Tiere können durch das erlernte Wissen ihrer Besitzer/innen schneller wieder gesund werden.
In einer anschließenden Gesprächsrunde mit der Dozentin, die Tierheilpraktikerin ist, können sich die Kursteilnehmer/innen mit eigenen Problemfällen einbringen.

D80330 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 10.10.2012
Mi, 19:00 – 21:15 Uhr
Petra Mumme

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Anzeige

Naturpädagogisches Zentrum Fasanerie Wiesbaden

Fasanerie
Treffpunkt Natur

Im naturpädagogischen Zentrum können die Teilnehmer praktische Erfahrungen mit der Natur sammeln. Geboten wird ein Naturerleben mit allen Sinnen. Kreative Werkstätten, Einzelveranstaltungen, Fortbildungen, Führungen und Projektwochen richten sich an Kinder, Erwachsene, Schulen und Kindergärten.

Die Angebote im Rahmen des Veranstaltungsprogramms richten sich an Einzelpersonen, bzw. Familien. Unter der Rubrik »auf Abruf« wird für Sie und ihre Gruppe (bspw. Kindergeburtstage, Betriebsfeiern …) individuell ein Programm zusammengestellt.

Im Rahmen von »Projekttagen« können Gruppen (bspw. Schulklassen) über mehrere Tage an einem naturpädagogischen Programm teilnehmen. Genaue Informationen dazu finden sie unter www.wiesbaden.de/fasanerie.

Hier ein kleiner Auszug aus dem Veranstaltungsprogramm:

Natur-Werkstatt

Zum 100-jährigen Jubiläum
So. 1.7.12
Festveranstaltung zum Tag der Eigentumsübertragung mit Konzert
Nähere Angaben folgen im Fasanerieprogramm (www.wiesbaden.de/fasanerie) bzw. durch die Presse.
Fasanerie und Förderverein
Für Rückfragen: (06 11) 40 90 77-0

Natur-Erleben

So 19.8.2012, ab 11:00 h
»Wildkatzentag«
Mit Wildkatzenweitsprung, Quiz, Wildkatzensudoku und und und…
Der BUND Wiesbaden informiert über das Projekt »Rettungsnetz Wildkatze« und macht abstrakte Begriffe wie »Biodiversität« oder »Biotopvernetzung« für Jung und Alt praktisch erfahrbar.
Keine Kosten, Spende erwünscht
BUND Wiesbaden
Für Rückfragen: Karsten Sporleder,
Tel. (06 11) 30 71 71, karsten.sporleder@bund-wiesbaden.de

Do 6.9.2012, 19:00 h
»Der Tierpark Fasanerie in Geschichte und Gegenwart«
Dr. Brigitte Streich beleuchtet in einem Vortrag die wechselvolle Geschichte der Fasanerie.
Keine Kosten, Spende erwünscht.
Für Anmeldung und Rückfragen (06 11) 40 90 77 -0 bzw. -15

Zum 100-jährigen Jubiläum
Fr 28.9.2012, 18:15 – ca. 20:00 h
»Hirschbrunft«
Abendführung zu den Fasanerie-hirschen (für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren)
Keine Kosten, Spende erwünscht.
Für Anmeldung und Rückfragen (06 11) 40 90 77 -0 bzw. -15

So 14.10.2012, 10:00 – ca. 12:00 h
»Lautlose Jäger der Nacht«
Begegnen Sie der größten Eule der Welt Auge in Auge. Erfahren Sie wie eine Eule jagt, lebt und sich in der Kulturlandschaft zurecht findet.
(Für Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene; mind. 8, max. 25 Teilnehmer)
Das Fotografieren dieses »Naturdenkmals« ist möglich.
Teilnahmebeitrag: 4,– €
Thomas Dollmann
Anmeldung: (06 11) 40 90 77 – 0
Falkner Thomas Dollmann führt Sie in die verborgene Welt der heimischen Eule.

Wollwerkstatt

Mo 3.12.2012, 14:30 – 16:45 h
»Gestalten von Engeln«
Wir gestalten aus weißer ungesponnener Wolle zarte Engel für den Weihnachtsbaum und/oder kleine Engel aus Märchenwolle als weihnachtliche Tischdekoration.
Für Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene.
Kostenbeitrag: 7,50 €
Wollwerkstatt Rosi Heigert-Doepfner
Für Anmeldung und Rückfragen (06 11) 79 02 110

Kunstwerkstatt

Sa 8.12.2012, 10:00 – 12:00 h
»Naturmandalas – Die Geschenkidee zu Weihnachten«
Weihnachten ist nicht mehr fern und Ihr braucht noch ein schönes Geschenk für Oma und Opa? Gemeinsam erstellen wir kunstvolle Mandalas aus Naturmaterialien auf weihnachtlich glitzernder Spachtelmasse – Ein kleines Kunstwerk auf Holz als ganz besonderes Geschenk… Geeignet für Kinder ab 3 Jahren und deren Eltern.
Teilnahmebeitrag: 4,– €
Scarlet Arian
Für Anmeldung und Rückfragen (06 11) 40 90 393

In den hessischen Schulferien finden in der Fasanerie einwöchige Kinder- und Jugendfreizeiten statt.
Infos über das Amt für Soziale Arbeit, Christine Dieter, (06 11) 31 – 26 72.
Bitte beachten Sie auch die vhs-Veranstaltung **D989100** Wildlife – Erfahrungsfeld Fasanerie für Kinder/Jugendliche (10 – 14 Jahre) in der Zeit vom 2. bis 6.7.2012.
Nähere Informationen auf Seite 164.

WIESBADEN

Ernährung

Vegan ist salonfähig

Die wissenschaftliche Begründung einer veganen Ernährungsweise

Nahezu jede gängige Illustrierte bietet Ernährungsratschläge. Das Thema Ernährung und Gesundheit ist ein Dauerbrenner in Zeitungen, TV- und Radiosendungen. Dahinter stehen allerdings weniger Fakten, sondern eher Pseudowissenschaften, Modediäten und die Interessen der Nahrungsmittelindustrie, obwohl es seit Jahrzehnten wissenschaftliche Untersuchungen zu diesem Thema gibt. Die Ergebnisse dieser Forschung sind überraschend, aber eindeutig: Eine Ernähung frei von Fleisch, ohne Eier und gerade auch frei von Milchprodukten ist konventionellen Ernährungsformen vielfach überlegen.
Der Dozent, der Heilpraktiker ist, läd Sie zu einem spannenden Abend ein.

D80510 2,67 Ustd. 13,– €
1 Abend, 27.11.2012
Di, 19:30 – 21:30 Uhr
Sumi Krupp

Von der Lust am guten Essen

Showcooking mit kulturgeschichtlichen Betrachtungen

Der Meisterkoch Franz Keller und der Facharzt für Psychotherapeutische Medizin und gelernte Konditor Dr. med. R. Mathias Dunkel präsentieren das gute Essen als wichtigen Bestandteil der Lebenskunst: Mit freudevoller täglicher Bewegung und gutem Essen, vornehmlich viel Obst und Gemüse – nicht vegetarisch – kann man schlank bleiben oder werden. Franz Keller kredenzt eine leckere Gemüsesuppe und demonstriert, wie man mit dem Wok ein ebenso schnelles wie einfaches, gesundes und wohlschmeckendes Gemüsegericht zubereitet.
R. M. Dunkel breitet seine umfassenden Kenntnisse der Kulturgeschichte und der Psychosomatik des Essens aus.
Preis inklusive Speisen und Getränken.

D20570 4,00 Ustd. 29,– €
1 Abend, 17.10.2012
Mi, 19:00 – 22:00 Uhr
Dr. med. R. Mathias Dunkel, Franz Keller

Pollenallergie durch Essen?

Der Pollenflug hat auch Auswirkung auf die Nahrungsmittelauswahl. So mancher Heuschnupfen Betroffener ist zusätzlich geplagt durch Kreuzallergien. Denn: Was für den Otto-Normalverbraucher gut und richtig ist – frisches Obst, Gemüse und Müsli – bringt dem Pollenallergiker oft zusätzliche Probleme, da sogenannte Kreuzallergien bei mehr als 60 Prozent der Betroffenen auftreten.
Durch die ähnliche Allergenstruktur der Pollen von Frühblühern wie Erle, Haselnuss und Birke mit Kern- und Steinobst sowie Nüssen reagiert der Körper nicht nur auf die Haselnusspollen, sondern auch auf Obst und Nüsse. Dies sind keine neuen Allergien, sondern Kreuzreaktionen. Sie zeigen sich beim Betroffenen durch Kribbeln und Juckreiz bis hin zu Schwellungen der Mund- und Rachenschleimhäute zum Beispiel beim oder nach dem Genuss von Äpfeln oder Nüssen. Welche Diagnostik im Nahrungsmittelbereich wirklich sinnvoll ist und wie wir diese Information nutzen können, um unseren Speiseplan zu erweitern oder auch bestimmte Nahrungsmittel wieder in unseren Speiseplan einbauen können, erfahren Sie in diesem Seminar.

D80530 3,00 Ustd. 13,– €
1 Abend, 8.10.2012
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Dr. Astrid Gerstemeier

Leistungsfähiger sein – entspannter arbeiten

Bildungsurlaub
Stressbewältigung, Bewegung und Ernährung

D82620BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 8. – 12.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Hauser-Bürklein, Wolfram Krug, Claudia Roth
Nähere Informationen auf Seite 132.

Schlank Denken – Leichter Leben

D83100 12,00 Ustd. 65,– €
3 Abende, ab 3.12.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Anita Heyer
Nähere Informationen auf Seite 133.

Wenn der Darm trotzt

Nahrungsmittelunverträglichkeiten

D83610 3,00 Ustd. 13,– €
1 Abend, 5.12.2012
Mi, 19:00 – 21:15 Uhr
Dr. Astrid Gerstemeier
Nähere Informationen auf Seite 135.

KÜCHE&CO
Die Küchen-Fachleute

Jeder Koch hat seine eigenen Vorstellungen von der perfekten Küche. Je nach Kochgewohnheiten muss die Küche den nötigen Anforderungen entsprechen, um dem Benutzer so viel Komfort wie möglich zu bieten. Zum Glück gibt es Küche & Co - Die Küchenfachleute: Hier erhält jeder eine maßgeschneiderte Küche.

KÜCHE&CO Die Küchen-Fachleute

im Europaviertel:
Markus Witt
Walter-Hallstein-Str. 5 - 7
65197 Wiesbaden
tel.: 06 11 / 20 48 900
fax: 06 11 / 20 49 110

wiesbaden-europaviertel@kueche-co.de - www.kueche-co.de

Anzeige

Kooperation mit Küche & Co im Europaviertel
Walter-Hallstein-Str. 5
Abendeingang Konrad-Adenauer-Ring/Ecke Schiersteiner Straße

KOCHKURSE

Kochen

Bitte beachten: In der Teilnahmegebühr sind die Kosten für Lebensmittel enthalten. Durch die kursabhängige Kalkulation der Lebensmittelausgaben ergeben sich unterschiedliche Kursgebühren. Bitte bringen Sie Schürze, Geschirrtuch, scharfe Messer und ein Gefäß für Reste mit und geben Sie bei der Anmeldung an, wenn Lebensmittelunverträglichkeiten vorliegen. Nach dem Kochen und Essen wird die Küche gemeinsam wiederhergestellt.
Keine Ermäßigung möglich!

Lieber leichter

Genießen ohne zuzunehmen

Nicht hungern und verzichten, sondern genussvoll kochen und essen – das ist das Motto dieses Kurses. Zubereitet werden frische, saisonale Gerichte mit viel Gemüse, aber auch Fisch und Fleisch. Dieser Kurs ist kein Diätkurs, kann jedoch das Abnehmen dauerhaft unterstützen. Informationen zum qualitätsbewussten Einkauf ergänzen jeden Kurstermin.

D80625 12,00 Ustd. 86,– €
Küche&Co im Europaviertel
3 Abende, ab 2.10.2012 (auch in den Herbstferien)
Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Gabriele Müller

E80630 12,00 Ustd. 86,– €
Küche&Co im Europaviertel
3 Abende, ab 15.1.2013
Di, 18:00 – 21:00 Uhr
Gabriele Müller

Cholesterinbewusst kochen, backen und genießen

Um den Cholesterinspiegel zu senken, muss die Ernährung dauerhaft umgestellt werden. Da sind alltagstaugliche Rezepte gefragt, die immer wieder für Abwechslung sorgen, problemlos zuzubereiten sind und schnell von der Hand gehen. Lernen Sie an drei Abenden, wie Sie durch eine gezielte Ernährungsumstellung Ihr Cholesterin in den Griff bekommen können. Hintergrundinformationen zum Thema Cholesterin ergänzen jeden Kurstermin.
Die Dozentin ist Krankenschwester und Heilpraktikerin mit den Schwerpunkten: individuelle Ernährungsberatung, biologisch komplementäre Krebstherapie, Shiatsutherapie sowie Dorn-Breuß-Methode.

D80635 12,00 Ustd. 83,– €
Küche&Co im Europaviertel
3 Abende, ab 7.11.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Gabriele Müller

Gesundes aus der Klosterküche

Kochen nach Hildegard von Bingen

Die Benediktiner-Äbtissin Hildegard von Bingen hat in neuerer Zeit verstärkte Wertschätzung erfahren und wird heute oft als die erste Naturärztin bezeichnet. Bereits vor mehr als 800 Jahren erkannte sie den Zusammenhang zwischen Ernährung und körperlicher und seelischer Gesundheit. Ihre Ratschläge für eine gesunde Ernährung werden mittlerweile auch von Seiten der modernen ganzheitlichen Medizin genutzt. Einen zentralen Stellenwert in der Klosterküche Hildegards nehmen Dinkel und eine Vielzahl an Kräutern und Gewürzen ein, von denen heute bereits einige in Vergessenheit geraten sind. Der Kochkurs vermittelt einen grundsätzlichen Einblick in die Ernährungslehre der Benediktinerin. Beim Zubereiten verschiedener Spezialitäten aus der Küche Hildegards erfahren Sie, dass diese nicht nur sehr gesund, sondern auch sehr schmackhaft sind.
Der Kochkurs ist auch für Vegetarier geeignet.
Die Dozentin ist Kulturanthropologin und Eventmanagerin.

D80640 4,00 Ustd. 31,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 12.9.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Herbstliches rund um Quitte, Apfel und Kürbis

Wer kennt nicht Quittengelee, Apfelmus und Kürbissuppe? Aber was sich sonst noch Abwechslungsreiches und Originelles daraus zubereiten lässt, werden wir gemeinsam an diesem Abend herausfinden, verspeisen und mit nach Hause nehmen.
Wir kombinieren die drei Früchte, verarbeiten sie süß, salzig und pikant und verhelfen jeder auch einzeln zu Ansehen und Wohlgeschmack.
Die Dozentin ist Heilpraktikerin.

D80670 4,00 Ustd. 30,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 11.10.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Ulrike Mauelshagen-Giersch

Landküche

Vom Zauber des Einfachen

Erleben Sie den Zauber eines Spätsommertages auf dem Land und holen Sie sich ein Stück Landlust auf den Teller. Gemeinsam bereiten wir aus frischen, saisonalen Zutaten von Feld, Wald und Wiese kleine und große Leckereien zu, die durch ihre Einfachheit und Bodenständigkeit bezaubern und sich auch zu Hause leicht zubereiten lassen. Im Mittelpunkt des Kochkurses werden Kürbis, Apfel, Pflaume und Co stehen.
Der Kochkurs ist auch für Vegetarier geeignet.
Die Dozentin ist Kulturanthropologin und Eventmanagerin.

D80690 4,00 Ustd. 30,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 26.9.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Suppenglück

Ein Abend für echte Suppenkasper und die, die es werden wollen
– *Suppe, die: von mittelhochdeutsch »supfen«, »trinken«*
In unserem Kochkurs werden wir keine etymologischen Forschungen unternehmen, sondern einem (etwas in Vergessenheit geratenen) Star der Küche – der Suppe – einen Abend lang eine besondere Ehre zuteil werden lassen.
Suppen lassen sich gut vorbereiten und sind ungemein vielseitig: Sie wärmen, sättigen, erfrischen, trösten und machen manchmal auch einfach nur glücklich. Entdecken Sie für einen Abend die kulinarische Welt der Suppen und bereiten Sie im Kurs verschiedene Suppen-Klassiker und -neulinge aus aller Welt zu.
Der Kochkurs ist auch für Vegetarier geeignet.
Die Dozentin ist Kulturanthropologin und Eventmanagerin.

D80700 4,00 Ustd. 30,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 5.12.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Deutschland in fünf Gängen

Auf kulinarischer Entdeckungsreise quer durch die Bundesländer

Diese Kochkurse sind auch für Vegetarier geeignet.
Die Dozentin ist Kulturanthropologin und Eventmanagerin.

1) Hessen: Rustikales und Feines aus dem Land des Apfelweins

Kochen und genießen auf Hessisch: Unternehmen Sie eine kulinarische Entdeckungsreise in das Land des »Äbbelwois« und lernen Sie verschiedene hessische Spezialitäten kennen und zuzubereiten. Gemeinsam zaubern wir kleine und große Leckereien rund um »Grie Soß«, »Handkäs« und Co und verkosten dazu ausgesuchte Äbbelwoi-Spezialitäten.

D80720 4,00 Ustd. 31,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 10.10.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Kooperation mit Küche & Co im Europaviertel
Walter-Hallstein-Str. 5
Abendeingang Konrad-Adenauer-Ring/Ecke Schiersteiner Straße

KOCHKURSE

2) Zu Besuch bei den Nachbarn: Schlemmen auf Rheinhessisch und Pfälzisch
Überall dort, wo man Wein genießt, wird unbestreitbar gerne und gut gekocht und gegessen. In unserem Kochkurs wagen wir einen kulinarischen Seitenblick auf die linksrheinischen Weingegenden Rheinhessen und die Pfalz. Was deren Küche auszeichnet, ist zum einen ihre Bodenständigkeit (die bereits Altkanzler Kohl zu schätzen wusste) wie auch die Eigenschaft, dass die Gerichte sich gut mit einem Glas Wein genießen lassen und auch fast immer mit einem guten Schuss Wein verfeinert werden. Auf dem Programm stehen verschiedene rheinhessische und pfälzische Leckereien rund um Spundekäs und »Pfälzer Grumbeersupp«.
D80730 4,00 Ustd. 31,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 28.11.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

3) Zu Gast in Bayern
Die bayerische Küche ist weltweit bekannt und wird im Ausland sogar oft mit der deutschen Küche im Allgemeinen gleichgesetzt. Trotz aller bodenständigen Deftigkeit hat Bayern jedoch kulinarisch viel mehr zu bieten als Weißwurst und Schweinsbraten – vor allem an kleineren Leckereien. Wir unternehmen einen Ausflug in die Bayerische Küche und werden fernab von Kalbshaxe und Weißwurst die geheimen Stars der bayerischen Küche rund um Obazda, Bayerische Crème und Breznsuppe adeln. Nebenbei werden Sie allerlei Amüsantes und Spannendes aus der kulinarischen Welt der Bayern erfahren.
E80740 4,00 Ustd. 31,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 16.1.2013
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

4) Der Norden und die Küste
Die Luft riecht nach Salz und reetgedeckte Dächer verheißen Gemütlichkeit: Nicht umsonst gehören die deutschen Küstengegenden zu den beliebtesten Urlaubszielen hierzulande. Doch auch kulinarisch haben die Nord- und Ostseeregionen viel zu bieten. Lernen Sie typische Spezialitäten rund um »Schnüsch« und »Mehlbüddel« kennen und erfahren Sie, was es mit der Kieler Sprotte auf sich hat. Gemeinsam bereiten wir eine Auswahl typischer Spezialitäten des Nordens und der Küste zu.
E80750 4,00 Ustd. 32,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 27.2.2013
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

5) Quarkkeulchen und Co: Zu Gast in den neuen Bundesländern
Die neuen Bundesländer kulinarisch bereisen: Rund um Quarkkeulchen und Co entdecken wir zwischen Thüringen und Sachsen im Süden und Mecklenburg-Vorpommern Highlights der Küche der neuen Bundesländer. Gemeinsam bereiten wir allerlei heiße und kalte, kleine und große Leckereien zu, die Ihnen das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen werden.
E80760 4,00 Ustd. 31,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 10.4.2013
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

So lasset es Euch munden …

Auf kulinarischer Zeitreise ins Mittelalter
Wie lebten, aßen und tranken die Menschen im Mittelalter? Unternehmen Sie eine kulinarische Entdeckungsreise in längst vergangene Jahrhunderte. Tauchen Sie in die kulinarische Welt einer längst vergangenen Kulturepoche ein und versuchen Sie sich selbst an der Zubereitung eines historischen mittelalterlichen Menüs.
Gemeinsam bereiten wir eine Auswahl schmackhafter mittelalterlicher Speisen zu und erfahren allerlei Wissenswertes über Ess- und Trinkkultur wie auch über das Leben der Menschen im Mittelalter.
Die Dozentin ist Kulturanthropologin und Eventmanagerin.
D80780 6,00 Ustd. 40,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 6.10.2012
Sa, 17:00 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Was koch' ich heute bloß?

Fantasievolle Gerichte mit allem, was Küche und Keller hergeben
Erfinden Sie Ihre eigenen Rezepte, stellen Sie schmackhafte ungewöhnliche Mahlzeiten zusammen aus Lebensmitteln, die auf den ersten Blick nicht zusammen passen oder allein für ein Gericht nicht mehr ausreichen.
Wer kennt das nicht? Was fange ich beispielsweise mit den zwei Sardellen oder der angebrochenen Packung Trockenfrüchte an? Wer mag noch den Rest Gelee oder die krümeligen Kekse von Weihnachten essen?
Wir lassen unserer Fantasie freien Lauf. Das neue Jahr beginnt mit überraschenden Gaumenfreuden und räumt auf mit Resten aus dem alten Jahr.
Die Dozentin ist Heilpraktikerin.
E80800 4,00 Ustd. 30,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 17.1.2013
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Ulrike Mauelshagen-Giersch

Risotto & Co

Gelingt leicht und schnell, schmeckt Groß und Klein
Schnell soll es gehen und allen gut schmecken, wenn die Hungrigen sich zu Hause einfinden. Die beste Voraussetzung für ein nahrhaftes Risotto, sich mit all seiner Verwandlungskunst zu zeigen.
Neben dem klassischen Arborioreis verwenden wir auch Hirse und Buchweizen sowie Couscous und Bulgur als Grundlage. Lassen Sie sich auf eine Reise von Italien rund ums Mittelmeer ein und genießen Sie Gemüse, Kräuter und Gewürze in kreativer Zusammenstellung.
Die Dozentin ist Heilpraktikerin.
D80810 8,00 Ustd. 62,– €
Küche&Co im Europaviertel
2 Abende, ab 1.11.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Ulrike Mauelshagen-Giersch

Die Welt des Fingerfoods

Erleben und genießen Sie die Welt des Fingerfoods. Ob Rotes Zwiebel-Confit mit Parmesan-Tarte und Coppa oder Mozzarella im Engelshaar – im Handumdrehen zaubern Sie nach allen Künsten der Guten Küche ein bestechendes Essen. Lernen Sie in diesem Kochkurs tolle Fingerfoodrezepte kennen und lassen Sie sich inspirieren. Seien Sie der perfekte Gastgeber, der auch zwischen den Gängen Zeit für seine Gäste hat.
D80830 4,67 Ustd. 35,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 6.11.2012
Di, 18:00 – 21:30 Uhr
Andrea Ott

Fingerfood Exquisit

Erleben Sie Fingerfoods einmal anders – mit feinen und exquisiten Zutaten. Das Besondere für ganz besondere Gäste. Flusskrebs-Mango-Salat mit Pinienkernen oder Kalbsfilet an Pfefferfeigen und Balsamicojus werden Sie überraschen. Viele besondere Speisen, die Ihre Sinne verwöhnen.
D80840 4,67 Ustd. 40,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 13.11.2012
Di, 18:00 – 21:30 Uhr
Andrea Ott

Toskanische Weine und Focaccia, Pizza & Co

Weinseminar
und praktischer Kochworkshop
D27260 59,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 17.11.2012
Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Kirsten Herold, Gregor Mathey
Nähere Informationen auf Seite 46.

Rezepte mit Balsamico und Honig

Eine sinnliche Reise durch Florenz und seine Küche mit passenden Weinen
Praktischer Kochworkshop
& Kunst und Wein
D27259 59,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 3.11.2012
Sa, 17:00 – 21:00 Uhr
Kirsten Herold, Gregor Mathey
Nähere Informationen auf Seite 46.

Die Emirate zwischen Tradition und Moderne

Praktischer Kochworkshop
& Kultur
D27261 59,– €
Küche Herweck
Kaiser-Friedrich-Ring 96
1 Abend, 28.9.2012
Fr, 18:30 – 21:30 Uhr
Marion Befeld
Nähere Informationen auf Seite 47.

Fischküche

In diesem Kurs lernen Sie über Fisch kennen, was Sie schon immer wissen wollten – von Forelle bis Zander, Fischfrikadellen, Sushi, Muscheln und vieles andere mehr. Wir werden alles gemeinsam vor- und zubereiten und essen. Wir kochen an beiden Abenden ein 4-gängiges Menü und probieren die passen Weine dazu.
E80850 8,00 Ustd. 64,– €
Küche Herweck
Kaiser-Friedrich-Ring 96
2 Abende, ab 17.1.2013
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Marion Befeld

Geschenke aus der eigenen Küche

Schenken Sie Ihren Liebsten oder guten Freunden etwas ganz besonderes. Ein Mango-Tomaten-Chutney, selbstgemachter Weichkäse in Pfeffer-Öl oder ein Honiglikör lassen die Herzen Ihrer Liebsten höher schlagen. Lernen Sie wunderbare Geschenke aus der eigenen Küche kennen. Bitte bringen Sie Fläschchen und Glasbehälter mit Deckel mit (können aber auch im Kurs käuflich erworben werden).
D80860 4,67 Ustd. 35,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 6.12.2012
Do, 18:00 – 21:30 Uhr
Andrea Ott

Feste feiern

Besondere Gerichte für besondere Gelegenheiten wie Adventskaffee, Weihnachtsbrunch, den großen Weihnachtsbraten oder das Weihnachtsgeflügel – wir bereiten alles gemeinsam zu.
Wir werden einen Brunch zusammenstellen, ein 4-gängiges Weihnachtsmenü kochen und ein paar Gerichte für einen Adventskaffee zubereiten. Wir werden die passen Weine dazu verkosten und natürlich den Tisch weihnachtlich decken.
D80870 8,00 Ustd. 60,– €
Küche Herweck
Kaiser-Friedrich-Ring 96
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 16:00 – 22:00 Uhr
Marion Befeld

Römisch Kochen

D73117 8,00 Ustd. 59,– €
2 Abende
Fr, 23.11.2012, 18:00 – 20:00 Uhr
Sa, 24.11.2012, 17:00 – 21:00 Uhr
Dominik Faber
Nähere Informationen auf Seite 116.

Topf sucht Deckel

Ein entflammter Kochabend für Singles
Dass Liebe durch den Magen geht, ist ja hinreichend bekannt.
Der Kochkurs richtet sich an Singles, die gerne kochen und genießen und in entspannter Atmosphäre bei einem Gläschen Wein und einem leckeren Essen einen netten Abend verbringen möchten. Gemeinsam gehen wir auf kulinarische Entdeckungsreise rund um die ganze Welt und bereiten gemeinsam verschiedene flambierte, gratinierte und gegrillte Gerichte zu, bei denen es garantiert heiß hergehen wird.
Der Kochkurs ist auch für Vegetarier geeignet.
Die Dozentin ist Kulturanthropologin und Eventmanagerin.
D80890 5,33 Ustd. 39,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 10.11.2012
Sa, 17:30 – 21:30 Uhr
Susanne Schönmeier

Italienische Küche

In diesem Kurs lernen wir gemeinsam die Küche Italiens kennen. Antipasti, Vittelo tonnato, Pasta, Pesto, Panna Cotta und vieles andere. Wir kochen an jedem Abend ein 4- gängiges Menü und probieren die passen Weine dazu.
D80920 12,00 Ustd. 87,– €
Küche Herweck
Kaiser-Friedrich-Ring 96
3 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 21:30 Uhr
Marion Befeld

Küche aus 1001 Nacht

Arabische Vorspeisen
Genießen Sie bei frischem Minztee die von Ihnen zubereiteten Vorspeisen Falafel (aus Bohnen oder Kichererbsen), Hummus (aus Kichererbsen), Taboulé (aus Couscous) und/oder Tahina (aus Sesam) mit frisch gebackenem Fladenbrot! Die Nachspeise Baklava (aus Blätterteig und Nüssen) rundet den Genuss ab.
D80940 4,00 Ustd. 30,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 22.11.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Dominik Faber

Küche aus 1001 Nacht

Arabische Hauptspeisen
Bereiten Sie die Hauptspeisen Ente, Fisch und/oder Lamm (mit Beilagen) mal anders – orientalisch – zu, und überraschen Sie Ihre Gäste bei nächster Gelegenheit, z. B. an Weihnachten, mit diesem Festessen!
D80950 4,00 Ustd. 34,– €
Küche&Co im Europaviertel
1 Abend, 13.12.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Dominik Faber

Indische Küche

Gönnen Sie sich ein faszinierendes Geschmacksabenteuer und genießen Sie die herzhafte Küche des Punjab in Nord-Indien. Die Gerichte werden nach traditionellen Hausrezepten zubereitet. Dabei lernen Sie auch die Vielfalt der Gewürze kennen und wie man sie richtig einsetzt. Sowohl den Freunden von Fleischgerichten als auch den Vegetariern eröffnen sich hier ganz neue Möglichkeiten in der Zubereitung.
Die Küche befindet sich in der Hebbelschule (gleicher Schulhof – Gebäude gegenüber), Raabestraße 2 (Zugang Seiten-Eingang Hebbelplatz).
D81300 16,00 Ustd. 88,– €
Küche Wolfram-von-Eschenbach-Schule
4 Abende, ab 20.9.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Vandana Ewald

D81310 16,00 Ustd. 88,– €
Küche Wolfram-von-Eschenbach-Schule
4 Abende, ab 8.11.2012
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Vandana Ewald

– Bitte beachten Sie auch die Angebote unter Kultur & Kulinarik auf den Seiten 50 – 51.

Gesundheit und Natur

Stilberatung, Kosmetik, Psychologie und psychische Gesundheit

Stilberatung/Kosmetik

Farb- und Stilberatung
für Frauen

Machen Sie das Beste aus Ihrem Typ! Mit der Technik der Farbanalyse wird der individuelle Farbtyp exakt bestimmt. »Ihre Farben« ermöglichen:
– mehr Sicherheit in der Auswahl der Kleidung
– eine überzeugende Ausstrahlung und mehr Selbstbewusstsein

Sie gewinnen ein sicheres Gespür beim Einkaufen und für eine gut kombinierbare Garderobe. Die individuelle Stilberatung hilft Ihnen, Ihren persönlichen Stil zu finden. Sie erfahren im Seminar Ihre Wirkung auf andere und wie Sie sich selbst sehen. Bitte bringen Sie am zweiten Tag zwei bis drei verschiedene Outfits mit.
Die Dozentin ist staatlich geprüfte Kosmetikerin mit Zusatzausbildung in Farbberatung und Personality Styling.
Ein Farbenpass kann zum Preis von 29,– € im Kurs erworben werden.
D81510 18,67 Ustd. 73,– €
1 Wochenende
Sa, 24.11.2012, 9:30 – 18:00 Uhr
So, 25.11.2012, 9:30 – 18:00 Uhr
Sylvia Rausch

Farb- und Stilberatung
für Herren

Machen Sie mehr aus Ihrem Typ, indem Sie die Farben und Stilrichtungen finden, die am besten zu Ihnen passen – mit dem Ziel authentisch, attraktiv und letztendlich überzeugender zu wirken. Sie erhalten Tipps zur Kleidung, auf Wunsch auch zur Brillenform und Frisur. Sie können gerne Ihr Lieblings(kleidungs)stück oder den letzten Fehlkauf und eine Krawatte mitbringen. Auch als Geschenkgutschein zu Weihnachten geeignet!
E81520 8,67 Ustd. 55,– €
1 Tag, 19.1.2013
Sa, 11:00 – 18:00 Uhr
Birgit Borowski

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Make-up-Typbestimmung
Stufe 1
Visagismus in Theorie und Praxis

In diesem Seminar wollen wir zusammen den Blick für das Gesicht eines anderen und für unser eigenes schulen. Durch sorgfältige Analyse des ungeschminkten Gesichts wird es sehr viel leichter fallen, das typgerechte, auf natürlichen Farben aufgebaute Make-up zu finden. Ziel des Seminars ist es, sich selbst zu erkennen und das eigene Erscheinungsbild zu betonen.
Die Dozentin ist Visagistin und Hairstylistin.
Bitte bringen Sie Handtuch, Hautreinigungspräparate und Creme, Aufstellspiegel sowie Lippenpinsel, Lidschattenapplikator, schwarze Wimperntusche, schwarzen Kajal und sämtliche dekorativen Make-up-Produkte, falls vorhanden, mit. Weitere Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.
D81700 8,00 Ustd. 48,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Schmidt

Make-up für Frauen ab 40

Mit der Zeit ändert sich das Aussehen. Hautbeschaffenheit und Gesichtszüge sind anders als mit 20. Auch wenn manches geht – kommt doch einiges Interessante dazu. Dies gilt es zu erkennen. Durch praktische Übungen ist es möglich, sich auf das eigene Äußere einzustellen, da jetzt andere Techniken gefragt sind. Außerdem haben sich mit den Jahren bei den meisten Frauen klare geschmackliche Vorlieben entwickelt, die es zu unterstützen gilt. Aber dafür müssen diese erst erkannt werden. Lassen Sie uns zusammen in eine neue Ära der äußeren Präsenz eintreten!
Die Dozentin ist Visagistin und Hairstylistin.
Bitte bringen Sie Handtuch, Hautreinigungspräparate und Creme, Aufstellspiegel sowie Lippenpinsel, Lidschattenapplikator, schwarze Wimperntusche, schwarzen Kajal und sämtliche dekorativen Make-up-Produkte, falls vorhanden, mit. Weitere Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten.
D81720 8,00 Ustd. 48,– €
1 Tag, 29.9.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Schmidt

D81725 8,00 Ustd. 48,– €
1 Tag, 3.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Schmidt

Hairstyling
Locken-Wellen-glatte Strähnen

Hier geht es um »der Widerspenstigen Zähmung«. Welche Frisur ist die richtige für mich? Ade von falschen Vorstellungen.
Wie pflege ich meine Haare (Shampoo, Packung etc.)? Wie kann ich meine Frisur umstylen? Wir erlernen einfache Hochsteckfrisuren und den Umgang mit Lockenwicklern und Papilloten. Tipps und Tricks gibt es genügend. Da hilft nur noch eins: Probieren und üben!
Die Dozentin ist Visagistin und Hairstylistin.
Bitte Aufstellspiegel, Handtuch, sämtliche zu Hause vorhandenen Haarstylingprodukte, Kämme, Haarschmuck mitbringen. Weitere Materialkosten sind in der Kursgebühr enthalten. Ihre Haare sollten an diesem Tag relativ frisch gewaschen sein. Verwenden Sie an diesem Morgen möglichst wenig Stylingprodukte.
C81730 8,00 Ustd. 48,– €
1 Tag, 23.6.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Ulrike Schmidt

Pflegende Geschenke – selbst gemacht!

Machen Sie pflegende und duftende Geschenke doch einfach selbst. In diesem Kurs erlernen Sie die Herstellung von Naturkosmetika wie einer Körperlotion, eines Duschgels oder einer pflegenden Creme. Auch die Zubereitung von Gesichtswassern und Massageölen steht auf dem Programm.
Zum Einsatz kommen ausschließlich natürliche Rohstoffe aus kontrolliert-biologischem Anbau, so dass hochwertige Naturkosmetik entsteht. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Kursgebühr zzgl. 10,– bis 15,– Euro für Materialkosten (werden nach Verbrauch direkt an die Dozentin gezahlt).
D81800 6,00 Ustd. 25,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 9:30 – 14:00 Uhr
Wilma Fassmann

Psychologie und psychische Gesundheit

Bitte beachten Sie: Unsere Angebote zu den Schwerpunkten Psychologie und psychische Gesundheit dienen ausschließlich der Information. Sie sollen und können kein Ersatz für eine persönliche Beratung oder psychotherapeutische Behandlung sein. Für die Teilnahme wird eine normale psychische und physische Belastbarkeit vorausgesetzt.

Grundlagen der Psychologie

Einführung in die Psychologie

Die Psychologie versteht sich heute als Wissenschaft vom Erleben und Verhalten des Menschen. Wie kann die Psychologie helfen, dass wir unsere Mitmenschen, unsere Beziehung zu ihnen und nicht zuletzt zu uns selbst besser verstehen? Wie funktioniert unser Erleben und Verhalten?
Diese Einführung gibt einen Überblick über die Themen, Fragestellungen und Methoden der Psychologie. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Geschichte der Psychologie, den verschiedenen Schulen und Richtungen sowie der Psychotherapie. Nicht zuletzt werfen wir noch einen Blick auf die ethischen Probleme, die sich in der psychologischen Forschung stellen.
Sofern keine psychologischen Grundkenntnisse vorhanden sind, ist der Besuch dieses Einführungsseminares Voraussetzung für das Verständnis der Veranstaltungen »Persönlichkeitspsychologie« und »Entwicklungspsychologie«.
Die Dozentin ist Diplom-Psychologin und Diplom-Pädagogin.
D82010 2,67 Ustd. 12,– €
1 Abend, 10.10.2012
Mi, 19:00 – 21:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

Grundlagen der Psychologie

Entwicklungspsychologie

Die Entwicklungspsychologie als Teilgebiet der Psychologie beschäftigt sich mit der Beschreibung, Vorhersage und Beeinflussung menschlichen Erlebens und Verhaltens. Dabei ergründet sie, wie sich Erleben und Verhalten auf der motorischen, kognitiven, sprachlichen und sozialen Ebene während der gesamten Lebensspanne verändern. In diesem Kurs stellen wir uns so spannende Fragen wie z. B.: Wie unter-

scheiden sich die verschiedenen Entwicklungstheorien voneinander (z. B. Piagets Stufenmodell, Freuds Instanzenmodell und Banduras Modell des sozialen Lernens)? Welche Entwicklungsaufgaben stehen in den unterschiedlichen Lebensabschnitten an/sind typisch für bestimmte Lebensabschnitte? Welchen Einfluss hat das Lebensumfeld auf die Entwicklung und welche Faktoren sind dabei förderlich oder gefährdend? All dies beleuchten wir theoretisch und stellen dann den praktischen Bezug zur eigenen Entwicklung und der von Menschen in unserem Umfeld her.
Voraussetzung für das Verständnis dieser Veranstaltungsreihe sind psychologische Grundkenntnisse oder der Besuch des Seminares »Einführung in die Psychologie«.
Die Dozentin ist Diplom-Psychologin und Heilpraktikerin.
D82020 10,67 Ustd. 49,– €
4 Abende, ab 1.11.2012
Do, 19:00 – 21:00 Uhr
Anna Pantelic

Grundlagen der Psychologie

Persönlichkeitspsychologie

In dieser Veranstaltungsreihe beschäftigen wir uns mit dem Erleben und Verhalten des Einzelnen. Im Mittelpunkt stehen folgende Themen: Die Persönlichkeit des Einzelnen und das Selbst (Merkmale und Eigenschaften, Ursprung und Entwicklung), Persönlichkeitstests, Intelligenz und Kreativität sowie die Ausdruckslehre, d. h. die Beziehung des Einzelnen zu seiner Umwelt.
Voraussetzung für das Verständnis dieser Veranstaltungsreihe sind psychologische Grundkenntnisse oder der Besuch des Seminares »Einführung in die Psychologie«.
Die Dozentin ist Diplom-Psychologin und Diplom-Pädagogin.
D82025 10,67 Ustd. 49,– €
4 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 19:00 – 21:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

Lerntherapie

Veranstaltungsreihe zu den Schwerpunkten LRS (Legasthenie), Dyskalkulie sowie Wahrnehmungs- und Konzentrationsförderung bei Kindern in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgruppe Pädagogische Lernförderung e.V.
Jedem der drei Bereiche der Integrativen Lerntherapie – LRS (Lese- und Rechtschreibschwäche), Dyskalkulie (Rechenschwäche) und Wahrnehmungs- und Konzentrationsschwäche – ist ein Abend dieser Veranstaltungsreihe gewidmet.
Am Beginn eines jeden Abends steht die theoretische, aber anschauliche Darstellung des jeweiligen Bereichs. Es folgen Informationen zu Formen der Förderung/Therapie sowie die Vorstellung geeigneter kindgerechter Fördermaterialien und Spiele.

Lerntherapie I: Wahrnehmungs- und Konzentrationsförderung
D82050 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 6.9.2012
Do, 19:00 – 21:15 Uhr
Stefanie Schultze-Moderow, Germanistin und Lerntherapeutin

Lerntherapie II: LRS – Legasthenie
D82060 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 13.9.2012
Do, 19:00 – 21:15 Uhr
Stefanie Schultze-Moderow, Germanistin und Lerntherapeutin

Lerntherapie III: Dyskalkulie
D82070 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 20.9.2012
Do, 19:00 – 21:15 Uhr
Marianne Lottermann, Dipl.-Sozialpädagogin

Focusing

Einführung in eine Selbsthilfemethode
Sie suchen eine Methode, die es Ihnen ermöglicht einen persönlichen Wegweiser für die Themen Ihres Lebens zu haben? Lernen Sie durch einfache Übungen und die Fragetechnik des Focusing den Weg zu Ihrer inneren Führung kennen. Focusing ist ein praktisches Werkzeug, bestehend aus mehreren erlernbaren inneren Schritten. Die Methode ermöglicht eigenständige Bewältigung von Problemen und erweitert persönliche Kompetenz, indem das eigene Innere zum Wegweiser für Entscheidungen oder Themen wird. So fühlen sich die gefundenen Lösungen immer richtig, stimmig und gut an. Quelle und Basis für diesen Prozess ist das Körpergefühl und der innere Erlebensraum des Einzelnen.
In diesem Kurs werden trainiert
– inneren Freiraum und Ruhe zu schaffen
– das Wahrnehmen des Körpers
– sich selbst präsent zuzuhören
– Festgefahrenes zu unterbrechen und konstruktive Schritte zu entwickeln

Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin.
Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.
E82100 10,67 Ustd. 52,– €
4 Abende, ab 14.1.2013
Mo, 18:30 – 20:30 Uhr
Sonja Schwarz-Niemeyer

Mit emotionaler Intelligenz verstehen lernen

Einführung in die personzentrierte Kommunikation
Erfolgreiche Menschen verfügen über eine gute Intuition und Empathiefähigkeit. Dadurch sind sie in der Lage Dinge wahrzunehmen, die für unser Bewusstsein nicht offensichtlich sind und die über die Sachebene hinausgehen. Weil wir alle von unseren unbewussten Erfahrungen mitgesteuert werden, ist es hilfreich, Unbewusstes in die Wahrnehmung aufzunehmen. So erweitern Sie Ihre Fähigkeit, Ihre Beziehungen optimaler zu gestalten.
Neben einem guten theoretischen Überblick über die Methode werden Ihre soft skills in verschiedenen kreativen Übungen angesprochen und schließlich auch schon in einer Trainingseinheit zur Anwendung kommen.
Lernen Sie durch die Personzentrierte Kommunikation, Ihre Wahrnehmung und soft skills wirksam trainieren und anwenden zu können. So werden Sie erfolgreicher sein.
Die Dozentin ist Personzentrierte Beraterin (GWG) für Persönlichkeitsentwicklung und Coach.
D82130 9,33 Ustd. 55,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Ilse Eichler

Hypnose

Hokuspokus, Scharlatanerie oder seriöse Heilmethode?
Hypnose ist eine sehr alte und wunderbare Heilmethode. Völlig zu Unrecht hat sie einen schlechten Ruf und es geistern viele irrtümliche Annahmen über Hypnose durch unsere Gesellschaft. An diesem Abend, der von einer ausgebildeten Hypnotherapeutin und Heilpraktikerin geleitet wird, geht es darum zu zeigen
– was Hypnose wirklich ist
– wie und warum sie funktioniert
– wann sie eingesetzt werden kann und
– welche Ausschlusskriterien (Kontraindikationen) es gibt.

Am Ende der Veranstaltung wird die Teilnahme an einer kleinen Hypnosesequenz angeboten.
D82150 2,67 Ustd. 13,– €
1 Abend, 1.11.2012
Do, 19:00 – 21:00 Uhr
Verena Herbertz

Gesundheit braucht ein achtsames Miteinander

Dr. med. Ewald Becherer
Frauenarzt
Naturheilverfahren
Homöopathie
Unsere Praxisschwerpunkte:
• Endometriose
• Zyklusstörungen
• Prämenstruelles Syndrom
• Wechseljahre
• Infektionen der Genitalorgane
Ganzheitliche Frauenheilkunde
Dr. Ewald Becherer
Taunusstr. 57
65183 Wiesbaden
Tel. 0611 - 529 513
info@dr-becherer.de
www.dr-becherer.de
Anzeige

Selbsthypnose

Selbsthypnose ist ein wunderbares Instrument, mit dem man auf sein Leben und seine Gesundheit Einfluss nehmen kann.
Lernen Sie an vier Abenden, wie Sie eine Selbsthypnose richtig aufbauen und anwenden, so dass sie die besten Ergebnisse erzielen kann. Wir werden uns ausgiebig mit Selbsthypnose in den Bereichen Stressreduktion und Entspannung/endlich wieder gut schlafen, (sportliche) Leistungen steigern und unerwünschte Gewohnheiten überwinden, beschäftigen. Sie haben an allen Abenden genügend Zeit, um Trance-Techniken einzuüben und Ihre selbst gestalteten Hypnosen zu testen. Jeder Abend endet mit einer kleineren, geführten Hypnose. Der letzte Abend dient dem Erfahrungsaustausch und der Vertiefung des Gelernten.
Kontraindikationen sind: psychische Erkrankungen, schwere Herz-/Kreislauferkrankungen sowie Thrombose und Epilepsie. Empfehlenswert ist die vorherige Teilnahme an der Informationsveranstaltung »Hypnose – Hokuspokus, Scharlatanerie oder seriöse Heilmethode?« Sollten Sie nicht sicher sein, ob eine Teilnahme für Sie geeignet ist, können Sie sich direkt bei der Kursleiterin telefonisch informieren (06 11-2 49 60).
Bringen Sie bitte ein Getränk, eine dünne Decke, Papier und Stift mit.

D82160 12,00 Ustd. 54,– €
4 Abende, ab 8.11.2012
Do, 18:30 – 20:45 Uhr
Verena Herbertz

Klopfakupressur

Einführung in die Klopfakupressur (EFT und andere Methoden) bei emotional belastenden Situationen

C83195 8,00 Ustd. 43,– €
2 Abende, ab 18.6.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Anita Heyer

D83200 8,00 Ustd. 43,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Anita Heyer
Nähere Informationen auf Seite 134.

Selbstcoaching

Die Methode des »Aufstellens« einmal anders nutzen

Die Methode des Aufstellens wird im Kurs nicht in der Form des Familienstellens genutzt, sondern als einfaches Werkzeug der Gegenüberstellung, wodurch Sie sehr schnell, klar und effektiv Antworten auf Fragen aus allen Bereichen des Lebens erhalten (Beruf, Beziehungen, Gesundheit).
So können Sie schnell Klarheit darüber gewinnen, warum gewisse Dinge in Ihrem Leben anders laufen als gewünscht: z. B. warum sich bestimmte Ziele nicht verwirklichen lassen, wo Ursachen für Geldsorgen liegen oder warum man alleine lebt, obwohl man sich doch nach einem Partner sehnt u. v. m.
Für diese Art des Aufstellens ist keine Gruppe nötig, sondern Sie lernen im Kurs, wie Sie die Methode überall und zu jeder Zeit für sich nutzen und zur Selbsthilfe einsetzen können. Lassen Sie sich von der Vielfältigkeit, Einfachheit und Effektivität dieser Methode überraschen.
Die Dozentin ist als Personal & Business Coach sowie als psychologische Beraterin tätig.
Bitte auf bequeme Kleidung und Schuhe achten.

D82180 9,00 Ustd. 55,– €
1 Tag, 17.11.2012
Sa, 9:30 – 17:15 Uhr
Ruth Weil

Im Einklang mit der familiären Ordnung

Eine Stammbaum-Analyse

Wer schon eine Familienaufstellung gemacht hat, wird es wissen: Es sind die ungelösten Probleme in der Herkunftsfamilie, die die Tendenz haben, bei späteren Generationen chronische und z. T. hartnäckige Folge-Probleme zu erzeugen. Um den Rücken also wirklich frei zu haben für sein eigenes Schicksal, ist es sinnvoll, seinen Stammbaum auf solche ungelösten Aspekte zu überprüfen. An diesem Abend werden Sie angeleitet, Ihren eigenen Stammbaum zu erstellen. Anhand eines fiktiven Stammbaums lernen Sie exemplarisch das Prinzip der Stammbaumanalyse kennen. Es werden die wesentlichen Problem-Typen mit ihren Lösungen vorgestellt, so dass Sie für sich persönlich eine solche Überprüfung vornehmen können und gegebenenfalls Ansatzpunkte für die entsprechende Lösung finden.

D82200 4,00 Ustd. 16,– €
1 Abend, 11.10.2012
Do, 18:45 – 21:45 Uhr
Dr. med. Joachim Witton

Selbstsicherheit

Unter »Selbstsicherheit« versteht man in der Psychologie »ein starkes Ich, das eine Person befähigt, Situationen aufzusuchen, die diese bislang ängstlich gemieden hat und zu sehen, dass sie in diesen Situationen Erfolg hat«. Selbstsicheres Verhalten ist somit nicht angeboren, sondern eine Fähigkeit, die durch Training erlernt und gestärkt werden kann. Selbstsicheres Verhalten zeigt sich u. a. darin, dass sich eine Person von anderen Menschen abgrenzen kann, dass sie berechtigte Forderungen, Wünsche, Bedürfnisse und Interessen anderen gegenüber formuliert und durchsetzt, dass sie auf andere Menschen zugeht und Kontakt herstellt. Konkret kann es in Situationen z. B. darum gehen, dass man lernt »Nein« zu sagen, Gefühle offen zu zeigen, Konflikte zu thematisieren und auch auszuhalten.
Das Seminar ist praktisch ausgerichtet und orientiert sich an den Wünschen und Zielen der Teilnehmer/innen. Übungen erfolgen auch in Form von Rollenspielen und können auf Wunsch aufgezeichnet werden. Zwischen den Übungen finden Hausaufgaben und Realitätsübungen statt.
Die Dozentin ist Diplom-Psychologin und Diplom-Pädagogin.

D82230 16,67 Ustd. 65,– €
5 Abende, ab 11.9.2012
Di, 18:30 – 21:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

DA IST POWER DRIN: AOK HESSEN

Die hessischen Volkshochschulen und die AOK Hessen arbeiten auf dem Gebiet der Gesundheitsförderung zusammen. Wir bieten unseren Versicherten finanzielle Beteiligung an anerkannten Gesundheitskursen zu:

- **Bewegung**
  Rückenschule
  Wirbelsäulengymnastik
  Walking/Nordic Walking
  Aqua-Training/-Jogging
  Beckenboden
- **Entspannung/ Stressbewältigung**
  Autogenes Training
  Hatha-Yoga, Qigong und Taijiquan
  Progressive Muskelentspannung
- **Ernährung**
  Gewichtsreduktion
  Gesunde Ernährung
- **Raucherentwöhnung**

AOK – Die Gesundheitskasse in Hessen
Informationen rund um die Gesundheit gibt es unter **www.aok.de/hessen** und **www.vhs-bildung.de**

Anzeige

Rhetorik für Kinder und Jugendliche

(10 – 13 Jahre)

Frei reden und überzeugend präsentieren

D989230 12,00 Ustd. 59,– €
2 Samstage, ab 10.11.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher
Nähere Informationen auf Seite 164.

Rhetorik für Jugendliche

(ab 13 Jahren)

Frei reden und überzeugend präsentieren

D989240 12,00 Ustd. 59,– €
2 Samstage, ab 1.12.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher
Nähere Informationen auf Seite 164.

Alles okay – oder?

Inmitten von Krisen, Umbrüchen und steigenden Anforderungen gibt dieses Seminar Zeit und Raum die eigenen Stärken bewusst zu machen und neu(e) zu entdecken. Kreative Methoden, Körperarbeit und Humor sind dabei behilflich. Weg vom Focus auf die Defizite hin zum Fundus der Fähigkeiten ist die Devise. Sie werden gestärkt und selbstbewusster aus diesem Seminar in Ihren Alltag gehen.
Die Dozentin ist Trainerin für Kommunikation und Persönlichkeit, Psychodynamische Körpertherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie.
Bitte bequeme Kleidung, Socken, Decke und etwas zum Trinken mitbringen.

D82260 12,00 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 18:30 – 21:30 Uhr
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Beate Hecker

pro familia
Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik + Sexualberatung e.V.

- Paar- und Sexualberatung
- Paar- und Einzelberatung in einer Krise
- Informationen über soziale Hilfen vor und nach der Geburt
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung
- Information u. Beratung zur Familienplanung
- Sexualpädagogische Fortbildungen und Veranstaltungen
- Informationen und Beratung zu sexualpädagogischen Medien

Anzeige
Beratungsstelle: Langgasse 3, 65183 Wiesbaden
Terminvereinbarung täglich tel. 0611-37 65 16
www.profamilia.de/wiesbaden

Gesunder Schlaf

Ein- und Durchschlafstörungen haben viele Ursachen. Eine wichtige Ursache sind psychische Belastungen, Gedanken, die am Einschlafen hindern oder zum Früherwachen führen.
In diesem Kurzworkshop werden schlaffördernde Entspannungstechniken und wirksame Strategien aus dem Verhaltenstraining vorgestellt. Wir probieren die Techniken aus und tauschen im Anschluss daran Erfahrungen aus.
Literaturempfehlung: Prof. Dr. Jürgen Zulley: »Mein Buch vom gesunden Schlaf«, 2005

D82300 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 19.11.2012
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Wolfram Krug

Sterben – was geschieht da eigentlich?

Vielleicht haben Sie sich diese Frage ja schon einmal gestellt – an einem Sterbebett, bei einem Verstorbenen – aus eigener Betroffenheit.
In diesem Seminar wird der Sterbeprozess von seinen unterschiedlichen Aspekten, wie ihn Medizin, Psychologie und Spiritualität anbieten, beleuchtet und ein Erfahrungsfeld eröffnet, aus dem heraus eigenen Wahrnehmungen und Fragen nachgegangen werden kann.
Die Referentin ist Krankenschwester und Heilpraktikerin mit einer Qualifikation in Tiefenpsychologie und hat langjährige Erfahrung in Sterbebegleitung und Medien der Initiatischen Therapie.
Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Decke und warme Socken mit.

D82330 12,00 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 2.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 3.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Barbara Mutschler

Komm in Deine Leichtigkeit!

Mit Leichtigkeit und Freude wieder in die eigene Kraft kommen und sich Herzenswünsche erfüllen. Dabei alte Sabotage-Programme aufspüren und deaktivieren.
Was hält uns im Leben davon ab, einen Schritt nach vorne zu wagen und unsere Träume zu leben? Werden Sie zum Regisseur in Ihrem Leben anstatt Schauspieler zu sein in einem Film, auf den Sie nur wenig Einfluss haben.
Ziel ist es, effektive Techniken zu lernen, die Sie mühelos in Ihr Leben integrieren können, um Ihr Potenzial zu leben.
Sie werden spielerische Übungen aus dem Coaching kennen lernen sowie mentales Training, um Ihre Lebensenergie zu steigern und Ziele zu verwirklichen.
Bitte bringen Sie einen Wunsch und eine Portion Humor mit!
Die Dozentin ist Diplom-Pädagogin. Bitte Verpflegung und Getränke für den Tag mitbringen.

D82370 8,67 Ustd. 55,– €
1 Tag, 25.11.2012
So, 10:00 – 17:30 Uhr
Annette Kaiss

»Schlagkräftige Argumente« durch Stockkampf

D86790 10,00 Ustd. 47,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Lucia Rutschmann
Nähere Informationen auf Seite 146.

Ziele im Leben

Wie ich meine Ziele leichter finde

Das Leben stellt uns täglich vor neue Entscheidungen. Diese lassen sich wesentlich leichter treffen, wenn wir uns grundsätzlich klar darüber sind, wie wir unser Leben gestalten möchten. Ohne solche Zielvorstellungen wissen wir weder bewusst noch unbewusst, wie wir uns entscheiden sollen.
Die Arbeit an den eigenen Zielen ist die natürlichste Methode der Welt, sich selbst zu motivieren.
Mit Hilfe von NLP-Methoden betrachten wir unsere Ausgangssituation. Wir denken darüber nach, welche inneren Werte wir im Leben verwirklichen wollen und wir finden Ziele, die mit unseren Werten vereinbar sind.
Darüber hinaus erfahren wir eine NLP-Technik, mit der das Auffinden und die Realisierung von Zielen stark erleichtert wird, ganz gleich, ob es sich um kleine kurzfristige Ziele oder langfristige Lebensziele handelt.
Der Dozent ist NLP-Lehrcoach (DVNLP), Gestalttherapeut und Heilpraktiker für Psychotherapie.

D82400 13,33 Ustd. 62,– €
1 Wochenende
Fr, 23.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 24.11.2012, 9:00 – 17:00 Uhr
Dr. Helmut Weil

Die Macht der Schönheit

Wovon machen wir eigentlich abhängig, ob wir uns selber als schön empfinden? Sind die Annahmen, auf denen wir unsere Selbstwahrnehmung gründen bei jedem gleich und sind sie wirklich wahr? Wir untersuchen die gängigen Schönheitsideale und erarbeiten eine innere Landkarte zu der Frage »Was macht mich schön?«.
Mit dem »Inneren Team« von F. Schulz von Thun entdecken Sie die Anteile Ihrer Persönlichkeit, die Ihr Selbstbild in Punkto Schönheit prägen. Auftauchende negative Glaubenssätze werden überprüft. Sie haben die Möglichkeit, das Drehbuch für Ihr inneres Team, und so die Wahrnehmung für Ihr eigenes Schönheitsempfinden, zu verändern.
Das bleibt nicht ohne Auswirkungen auf Ihre Ausstrahlung und damit auf Ihr gesamtes privates und berufliches Leben…
Die Dozentin ist als Coach, Heilpraktikerin für Psychotherapie und Yogalehrerin in eigener Praxis tätig.

D82440 12,00 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 9.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 10.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Claudia Roth

Spieglein, Spieglein an der Wand …

Wie wirke ich auf andere?

An diesem Tag können Sie mehr über sich und andere erfahren. Wir wagen einen Blick auf die innere und äußere Welt des menschlichen Seins und gehen dabei Fragen nach wie z. B.:
– Was denke, sehe und fühle ich in Gesellschaft mit anderen?
– Wie erleben mich die anderen?
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich; sie brauchen nur ein wenig Neugier und Lust auf Erfahrungsaustausch.
Die Dozentin arbeitet mit Methoden der Gestalttherapie und der Systemischen Therapie.

D82450 8,00 Ustd. 43,– €
1 Tag, 6.10.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Wilma Fassmann

Gesundheit und Natur

Psychologie und psychische Gesundheit, Weiterbildungen im Gesundheitsbereich

Narzissmus

Unterm Strich zähl ich!

Gibt es eine neue Gesellschaft der Individualisten? Eine Generation »Ich«?
Dieser Abend bietet die Möglichkeit sich mit dem Thema Selbstverwirklichung, Egoismus, Selbstbewusstsein und Narzissmus auseinander zu setzen. Es werden Unterschiede und Abgrenzungsmöglichkeiten der verschiedenen Begriffe erörtert. Auch die Selbstwahrnehmung in Bezug auf die Frage nach dem eigenen Ich wird nicht zu kurz kommen.

D82480 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 29.11.2012
Do, 19:00 – 21:15 Uhr
Wilma Fassmann

Partnersuche – Wer passt zu mir?

Sie kennen das: Eine Partnerschaft löst sich auf. Wissen Sie auch warum? Viele Menschen ziehen sich durch die Verletzungen einer gescheiterten Beziehung zurück und sind verunsichert. Doch die so gewonnenen Erfahrungen sind sehr wertvoll. Sie können Sie lehren, sich selbst besser zu verstehen. Und Ihnen die Frage beantworten: Weiß ich eigentlich, was ich wirklich will? Erst dann können Sie ein Gefühl dafür entwickeln, wie Ihre kommende Partnerschaft aussehen soll, worauf Sie achten wollen, wofür Sie offen sind.
In diesem Workshop kommen Sie Ihrer persönlichen Antwort näher und erhöhen damit die Chancen, einen Partner zu finden, der zu Ihnen passt und der Ihnen gut tut. Also eine unerlässliche Voraussetzung, Glück in der Partnerschaft zu ermöglichen.
Die Dozentin ist Personzentrierte Beraterin (GWG) für Persönlichkeitsentwicklung und Coach.

D82500 9,33 Ustd. 55,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Ilse Eichler

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Was macht Beziehungen eigentlich glücklich?

Es gibt Partnerschaften, die in einer großen Harmonie existieren und als großes Glück erfahren werden. Andererseits gibt es viele Beziehungen, die von ständigen Streitigkeiten erschüttert werden. Davon ausgehend, dass wir alle nach Glück streben, stellt sich die Frage: Was macht eine glückliche Beziehung zwischen zwei Individuen aus?
Wir setzen uns mit Wünschen, Bedürfnissen und Erwartungen auseinander und erfahren, was für ein zufrieden machendes Miteinander unerlässlich und was schädlich ist. So eröffnen Sie sich neue Wege, um Ihre Beziehung zufriedener und harmonischer gestalten zu können.
Die Dozentin ist Personzentrierte Beraterin (GWG) für Persönlichkeitsentwicklung und Coach.

D82510 9,33 Ustd. 55,– €
1 Tag, 17.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Ilse Eichler

Gewalt-Sehen-Helfen

Jeder kann selbst mit einer Gewaltsituation/Gefahrensituation konfrontiert werden und muss damit irgendwie umgehen.
Es kann aber auch sein, dass wir andere Menschen in solch einer Situation erleben und unsicher sind, ob und wie wir helfen können. Es gibt eine Reihe von Handlungsmöglichkeiten, ohne sich selbst oder andere zu gefährden. Geschultes Personal der Polizei und Mitarbeiter/innen verschiedener Wiesbadener Institutionen und der Stadtverwaltung vermitteln Ihnen das Wissen über angemessenes Verhalten bei erkennbaren Gewaltsituationen/Gefahrensituationen in der Öffentlichkeit. Dieses Tagesseminar stärkt Ihre eigene Handlungsfähigkeit, aber auch Ihre Helferkompetenz; es dient nicht der Selbstverteidigung.

D82560 8,00 Ustd.
gebührenfrei
1 Tag, 22.9.2012
Sa, 9:30 – 16:30 Uhr

Weiterbildungen im Gesundheitsbereich

Zusatzausbildung zum Mediator/zur Mediatorin

Mediation (Vermittlung in Konflikten) ist ein Verfahren zur einvernehmlichen Konfliktbearbeitung, das nach der Entwicklung in den USA jetzt auch in Deutschland immer mehr Verbreitung findet. Durch das Verfahren der Mediation werden die Streitbeteiligten in die Lage versetzt, ihren Konflikt friedlich miteinander auszutragen und zu selbstbestimmten, von den Konfliktparteien akzeptierten Lösungen zu finden.
Ziel der Zusatzausbildung ist eine umfassende, fundierte Qualifizierung, die für eine Mediationstätigkeit in unterschiedlichen Konfliktbereichen und Berufsfeldern vorbereitet. Der Lehrgang umfasst 8 Seminare im Gesamtumfang von 160 UE (1 UE = 45 Minuten). Diese verteilen sich über den Zeitraum von einem Jahr auf 7 Wochenenden und eine Bildungsurlaubswoche. Zwischen den Seminaren treffen sich die Teilnehmer/innen in kleineren Intervisionsgruppen. Von diesen zehn geplanten Treffen finden zwei mit Supervision statt. Die Kosten für die Supervision sind im Lehrgangsentgelt von 2000,– € (keine Ermäßigung möglich) enthalten. Die Unterkunft und Verpflegung während der Bildungsurlaubswoche (zurzeit ca. 250,– €) wird direkt an das Bildungshaus gezahlt. Ausführliche Informationen über Inhalte und Termine (Kurs-Nr.: **D82600,** Beginn: 9.11.2012) erhalten Sie unter www.vhs-wiesbaden.de oder auf Wunsch zugesandt (tel. Anfrage unter 06 11-9 88 91 40).

Handwerk Humor

Therapeutischer Humor als Ressource in der sozialen Arbeit
Bildungsurlaub

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Menschen in pflegenden, heilenden und helfenden Berufsfeldern. Wissenschaftliche Studien haben gezeigt: Therapeutischer Humor steigert das Wohlbefinden, die Lebensfreude und Gesundheit von Einzelnen, sozialen Gruppen und in Institutionen.
Die Weiterbildung vermittelt im theoretischen Bereich fundiertes Wissen zu Definition, Funktion, Wirksamkeit und Grundvoraussetzungen für die Anwendung von Humor im Kontext des sozialen Arbeitsbereichs. Im praktischen Bereich lernen Sie Humor als Ressource kennen und erhalten Impulse, wie Sie Humor in Ihrer Tätigkeit kreativ einsetzen können u. a. durch Humorinterventionen und den Einsatz von Humorinstrumenten. Wesentlicher Bestandteil der Weiterbildung ist auch die Vermittlung von humorvollen Gestaltungsmöglichkeiten auf der Beziehungsebene von Patient/in und Betreuer/in sowie die Entwicklung von Humor als innerer Haltung und die Verbindung von Humor und Gefühl.
Der Bildungsurlaub bietet einen reichen Schatz an Wissen, konkreten Umsetzungsideen und vielen humorvollen Erfahrungen.

D82610BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 29.10. – 2.11.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Gudula Steiner-Junker

Leistungsfähiger sein – entspannter arbeiten

Bildungsurlaub

Ein bestimmter Stresslevel am Arbeitsplatz ist so selbstverständlich geworden, dass die daraus entstehenden Belastungen manchmal kaum noch wahrgenommen werden. Die Gewöhnung an Begleiterscheinungen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen, allgemeine Unzufriedenheit und Unruhe sowie Essstörungen oder übermäßiger Alkoholkonsum – um nur einige zu nennen – lässt oft keinen Zusammenhang mehr zwischen Ursache und Wirkung erkennen und ermöglicht damit auch keine Einflussnahme.
In diesem Bildungsurlaub werden die Zusammenhänge von Stress, Entspannung, Bewegung und Ernährung sowie Auswirkungen auf die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit im Job verdeutlicht. Darüber hinaus geht es um praktische Bewältigungsmöglichkeiten von Stress am Arbeitsplatz, kurze Entspannungsübungen für zwischendurch, Essgewohnheiten und das Bewegungsverhalten sowie den Umgang mit Genussmitteln. Es wird ein ganzheitlicher Ansatz gesundheitsbewussten Verhaltens für Berufstätige in Theorie und Praxis vorgestellt.

D82620BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 8. – 12.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Hauser-Bürklein, Wolfram Krug, Claudia Roth

Qualifizierung in der Seniorenbetreuung

Helfende Hände, die wissen, was sie tun!

Immer mehr ältere Menschen sind auf andere angewiesen, um ihren Alltag bewältigen zu können. Die meisten von ihnen wünschen sich, bis zuletzt in ihrer vertrauten Umgebung leben zu können – doch ohne Unterstützung ist dies häufig nicht möglich. Die bisher verfügbaren Hilfen sind entweder sehr teuer oder unseriös bzw. illegal. Der Bedarf an qualifizierten Helfer/-innen in diesem Bereich ist groß, das Angebot bisher noch gering.

Die hier angebotene Qualifizierung soll die Kursteilnehmer befähigen, auf fachlich fundierter Basis Senioren zu betreuen.

Angesprochen sind Menschen, die sich in der Altenhilfe etablieren wollen, aber nicht in den klassischen Berufsfeldern der Alten- oder Krankenpflege tätig sein wollen oder können. Vor Kursbeginn wird ein persönliches Gespräch geführt, bei dem über den Kurs informiert wird und über Eignung und Neigung der Interessierten entschieden wird.

Kursinhalte:

- Gerontologie (Altersforschung) und Geriatrie (Altersmedizin)
- Kommunikation und Gesprächsführung (inkl. Grundlagenzertifikat Integrative Validation)
- Umgang mit Verwirrtheit und Demenz
- Umgang mit Verlusterfahrungen, Tod und Sterben
- Beschäftigung und Aktivierung (Gedächtnistraining, Gymnastik etc.)
- Supervision und fachliche Begleitung der Hospitationen
- Grundkenntnisse in Pflege, Hauswirtschaft und Hygiene
- Überblick über altengerechtes Wohnen und Hilfsmittel
- Erste Hilfe für Senioren (inkl. ASB-Bescheinigung)
- Einführung in relevante sozialrechtliche Themen (Betreuungsrecht, Grundsicherung, Pflegeversicherung u.a.)
- Rechtliche Grundlagen und Voraussetzungen für eine festangestellte oder selbständige Tätigkeit

Dieser Kurs erfüllt die Kriterien nach § 87b SGB XI ! Keine Ermäßigung!
Ratenzahlung möglich! (6 × 255,–) plus € 5,– Bearbeitungsgebühr
Unterrichtstage: Mo – Fr,
9:00 – 13:00 Uhr (keine Ferien)
Praktikum: Mo – Fr,
24.9. – 22.10.2012 (100 UE)
D51930 200,00 Ustd. 1530,– €
ab 27.8.2012

Prävention und Gesundheitsbildung

Die Veranstaltungsreihe »Sucht« beschäftigt sich an vier Abenden mit verschiedenen Suchtarten, beleuchtet sie, grenzt sie ab und zeigt Verläufe und Möglichkeiten der Behandlung auf.

1. Abend

Voll zufrieden!?

Ein »guter Tag« beginnt mit einer Tasse Kaffee und einer Zigarette, endet nach dem Motto »der Tag geht, Johnnie … kommt!« mit dem entsprechenden Getränk und dem verdienten Feierabendbier.

Zwischendurch, wenn die Leistung nachlässt und man sich nicht mehr so fit fühlt, wird ein Aufputschmittel dem Körper schon zeigen, was er zu leisten im Stande ist. Gut, dass wir für alle Tageszeiten und Befindlichkeiten unsere Mittel haben, oder?

An diesem Abend, an dem wir uns mit legalen Suchtmitteln beschäftigen, geht es genau um diese Frage. Sie lernen die Grundlagen, Merkmale und Erscheinungsformen der Suchtmittelabhängigkeit kennen und zu unterscheiden, wo der Genuss aufhört und die Sucht beginnt. Hilfsmöglichkeiten werden aufgezeigt.

In Kooperation mit der Fachambulanz für Suchtkranke des Caritasverbandes Wiesbaden-Rheingau-Taunus e. V.

D83030 3,00 Ustd. 10,– €
1 Abend, 12.11.2012
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Heinz Vallböhmer

2. Abend

Zocken, Shopping, Internet

Exzessives Hobby oder schon Sucht? Wer kennt das nicht: Der Tag war anstrengend, mit dem Chef gab es Streit, der/die Partner/in meckert nur noch. Was liegt da näher als sich am Abend etwas Nettes beim Shopping zu gönnen, sich mit einem guten Essen zu verwöhnen oder sich von den Problemen des Tages im Internet abzulenken? Wer hat das nicht schon einmal getan?

Was jedoch, wenn diese Verhaltensweisen überhand nehmen? Wenn Essen zur Kompensation wird, Shopping die wichtigste Bewältigungsstrategie bei Stress?

An diesem Abend zum Thema Verhaltenssucht wollen wir uns mit genau diesen Fragen beschäftigen. Sie lernen die Grundlagen, Merkmale und Erscheinungsformen der Verhaltenssucht kennen und zu unterscheiden, wo das Hobby aufhört und die Sucht beginnt. Hilfsmöglichkeiten werden aufgezeigt.

In Kooperation mit der Fachberatung für Verhaltenssüchte des Suchthilfezentrums Wiesbaden.

D83040 3,00 Ustd. 10,– €
1 Abend, 26.11.2012
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Katharina Hellenbart

3. Abend

Spiel, Spaß, Spannung …

Was mit »Mensch ärger dich nicht« beginnt, kann vor dem Glücksspielautomaten enden.

Immer mehr Menschen spielen: Lotterie, Sportwetten, an Glücksspielautomaten, im Internet etc. Glücksspiele haben in unserer Gesellschaft eine lange Tradition. Sie werden in allen Bevölkerungsschichten als aufregendes Freizeitvergnügen mit zuweilen sportlicher Herausforderung gesehen: Es hat so seinen Reiz, die Millionen zu gewinnen, den Pott zu knacken, seine Chance eins zu einer Million zu nutzen.

Doch für viele hört der Spaß auf: Dieser Themenabend verdeutlicht, wie zunächst gesundes Spielverhalten in pathologisches Glücksspiel übergehen kann. Daran anschließend werden Wege aus der Glücksspielsucht aufgezeigt.

In Kooperation mit der Fachambulanz für Suchtkranke des Caritasverbandes Wiesbaden-Rheingau-Taunus e. V.

E83050 3,00 Ustd. 10,– €
1 Abend, 18.3.2013
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Ulrike Kesternich

4. Abend

Vernetzt, verlinkt, verloren?!

Ein Abend zum Thema Mediensucht

Die Neuen Medien sind aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Fast jeder nutzt wie selbstverständlich das Internet für die Belange des täglichen Lebens, telefoniert mit dem Smartphone oder pflegt seine Kontakte auf Facebook. Was jedoch, wenn diese Mediennutzung überhand nimmt? Wenn ein Leben ohne »online-sein« nicht mehr möglich erscheint?

Wo liegt die Grenze zwischen einer vernünftigen, gesunden Nutzung Neuer Medien und wo beginnt die Abhängigkeit, die Sucht? Und was ist das überhaupt: Mediensucht? Wer ist gefährdet, wer betroffen?

Mit all diesen Fragen wollen wir uns am Themenabend zur Mediensucht beschäftigen. Sie lernen die Grundlagen, Merkmale und Erscheinungsformen der Mediensucht kennen und zu unterscheiden, wo gesunde Nutzung aufhört und Sucht ihren Anfang nimmt. Hilfsmöglichkeiten werden aufgezeigt.

In Kooperation mit der Fachberatung für Verhaltenssüchte des Suchthilfezentrums Wiesbaden.

E83060 3,00 Ustd. 10,– €
1 Abend, 8.4.2013
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Katharina Hellenbart

Schlank Denken – Leichter Leben

Die Schlank-Denken-Methode integriert die Ergebnisse der neuesten Hirnforschung und Erkenntnisse der hypno-systemischen Psychologie des 21. Jahrhunderts. Nicht die Willenskraft ist es, die die Veränderung bewirkt, sondern die Integration von unbewussten und bewussten Persönlichkeitsanteilen.

Dauerhaft Schlank-Sein ist eine Frage des Denkens. Wer einseitig bei der Nahrung ansetzt, muss letztlich scheitern. »Abnehmen« wird in erster Linie mit Verzicht und Entbehrung in Verbindung gebracht. Das ist wenig motivierend. Die meisten Diäten zielen auf Verhaltensänderung ab, beziehen aber das Denken nicht mit ein. Die Folge ist der weithin bekannte Jojo-Effekt. Nach Entbehrung kommt die Belohnung. Lernen Sie die 10 Selbstcoaching-Methoden: z. B. die Akzeptanz der Seite Ihrer Persönlichkeit, die Nein sagt zum Abnehmen (die hat sehr gute Gründe). Lernen Sie, sich selbst an die erste Stelle zu setzen! Das Verleugnen der eigenen Bedürfnisse und eine falsch verstandene Fürsorge für andere führen zu kurzfristiger Belohnung in Form von Essen mit den entsprechenden Folgen.

Das Seminar vermittelt viele praktische Übungen, die Ihnen dabei helfen, Ihr Wunschgewicht zu erreichen und dauerhaft zu halten.

Die Dozentin ist Psychotherapeutin (HPG), Sprachwissenschaftlerin, DVNLP-Lehrtrainerin, DVNLP-Lehrcoach und in weiteren psychotherapeutischen Verfahren ausgebildet.

D83100 12,00 Ustd. 65,– €
3 Abende, ab 3.12.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Anita Heyer

Leistungsfähiger sein – entspannter arbeiten

Stressbewältigung, Bewegung und Ernährung Bildungsurlaub

D82620BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 8. – 12.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Hauser-Bürklein, Wolfram Krug, Claudia Roth
Nähere Informationen auf Seite 132.

Die Kunst des Sehens

Augenübungsabend

Um die Jahrhundertwende kamen amerikanische und deutsche Ärzte auf die Idee, die Sehkraft der Augen durch Übung und Entspannung zu schulen und zu verbessern. Dieser Kurs wendet sich an diejenigen, die
– Vorsorge für ihre Augen
– Entspannung überlasteter Augen im Alltag
– Erhaltung bzw. Steigerung der Sehfähigkeit

erreichen wollen.
Kursprogramm: Informationen zu Anatomie und Stoffwechsel der Augen, Zusammenspiel zwischen Augen, Gehirn und Seele. Praktische Übungen für den Alltag zur Erfrischung der Augen und des Körpers sowie Übungen, die auf sanfte Weise die Sehgewohnheiten verändern helfen.
Bequeme Kleidung wird empfohlen.
Buchtipps: Aldous Huxley: Die Kunst des Sehens, Piper TB; Dr. med. H. G. Schmidt: So erhält die Natur die Sehkraft, Hädecke TB

D83110 2,67 Ustd. 12,– €
1 Abend, 6.11.2012
Di, 18:45 – 20:45 Uhr
Karl-Heinz Kollert

Cholesterinbewusst kochen, backen und genießen

D80635 12,00 Ustd. 83,– €
Küche&Co im Europaviertel
3 Abende, ab 7.11.2012
Mi, 18:00 – 21:00 Uhr
Gabriele Müller
Nähere Informationen auf Seite 125.

Die vitale Stimme

Der Ursprung aller unserer Laute, ob gesungene, gesprochene, geseufzte oder gelachte, ist der Kehlkopf. Die Stimme ist mit dem gesamten Organismus verbunden und reagiert auf Störungen wie z. B. Zeit- oder Leistungsdruck. Oft sind es auch Sprechgewohnheiten, die der Stimmphysiologie nicht gerecht werden. Heiserkeit, häufige Halsentzündungen, Kurzatmigkeit, ein flacher Stimmklang usw. können die Folge sein.
Wahrnehmungs-, Klang und Sprechübungen helfen, Ihre sensorische Kompetenz zu erweitern, d. h. Sie lernen, Resonanz im Kopf und im Körper zu spüren, Veränderungen der Körperspannung, Varianten Ihres Stimmklangs und mehr Mühelosigkeit wahrzunehmen. Dadurch können Sie im Alltag Schritt für Schritt bewusster mit Ihrer Stimme umgehen und Stimmschäden vorbeugen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – etwas Neugier auf die verschiedenen Seiten Ihrer Stimme genügt.
Die Kursleiterin ist Stimmpädagogin.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und warme Socken mit.

D83130 8,00 Ustd. 45,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Susanne Schwarz

Psychoneuro-immunologie

Wie unser Denken und Fühlen unsere Biochemie beeinflusst

Wussten Sie, dass in Ihrem Körper ca. 14.000 biochemische Abläufe verändert werden, wenn Sie von dem Gefühl des Ärgers auf das Gefühl der Freude »umschalten«? Seit der Entdeckung des Opiatrezeptors durch die Neurowissenschaftlerin Candace Pert und den Erkenntnissen des Zellbiologen Bruce H. Lipton ist deutlich geworden, welchen Einfluss unser Denken und Fühlen auf unseren Körper, auf jede einzelne Zelle, hat. Unsere Gedanken und Gefühle beeinflussen unsere Gesundheit und Heilungsprozesse. In der Krebstherapie wird dieses Wissen heute bereits in vielen Kliniken und Therapien angewandt. Doch auch jeder von uns kann etwas für seine Gesunderhaltung tun.
Mehr über die faszinierende Welt der Psychoneuroimmunologie und über die »Moleküle der Gefühle« erfahren Sie an diesem Abend.

D83150 3,33 Ustd. 13,– €
1 Abend, 26.11.2012
Mo, 19:00 – 21:30 Uhr
Cäcilia Brendel

eMotions

Gefühle und ihre psychosomatische Dynamik

Im Verständnis der Traditionellen Chinesischen Medizin sind Gefühle mit ihrer Zuordnung zu Organen, Elementen, Energiequalitäten, Bewusstseinsfunktionen und Persönlichkeitsmerkmalen in einem dynamischen Kreislauf untereinander verbunden. Als innere krankheitsauslösende Faktoren kommt ihnen besondere Bedeutung zu.
Was hat denn meine Traurigkeit mit der Lunge, meine Wut mit der Leber, meine Angst und Unsicherheit mit den Nieren, mein Grübeln und meine Unkonzentriertheit mit der Milz, meine Ungeduld und meine Unruhe mit dem Herz zu tun?
Gefühle sind immer ein Fingerzeig nach innen und ein Schlüssel zu Gesundheit und Lebenskraft, wenn wir ihre positive Kraft nutzen können.
Qigong, Meditation, Analytische Bioenergetik n. A. Lowen – eine Vielzahl von Übungen begleiten uns bei unserer behutsamen Forschungsreise durch unsere Körpergeschichte. Ob Körperausdruck, Körperhaltung und Körperstruktur, Atem- und Energiefluss oder Stimme – durch Wahrnehmen, Zuwenden und Tun können wir Hintergründe psychosomatischer Reaktionsweisen verstehen und Möglichkeiten der Selbstregulation für einen entspannten und lebendigen Umgang mit Gefühlen finden.
Die Dozentin arbeitet als Heilpraktikerin (Psychotherapie) mit Schwerpunkt körperorientierte Verfahren.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, ein Meditations-/Kopfkissen und eine Decke mit.

Trauer im Fluss?

Diese Fragestellung begleitet uns als Schwerpunkt durch das Seminar.

D83170 9,33 Ustd. 45,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Gabriele Sieberock

Angst – wenn die Nieren das Entsetzen packt.

Dieses Thema begleitet uns als Schwerpunkt durch das Seminar.

E83175 13,33 Ustd. 64,– €
1 Wochenende
Fr, 25.1.2013, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 26.1.2013, 10:00 – 18:00 Uhr
Gabriele Sieberock

Klopfakupressur

Einführung in die Klopfakupressur (EFT und andere Methoden) bei emotional belastenden Situationen

Wir alle kennen Situationen, in denen uns negative Gedanken, belastende Gefühle oder einfach nur »der Stress« hindern unser gewünschtes Ziel zu erreichen. Wir sind dann geistig, aber auch körperlich wie blockiert und wissen nicht mehr ein noch aus. In diesem Seminar wird Ihnen eine hilfreiche, einfache und leicht verständliche Methode vorgestellt, die Sie praktisch überall und zu fast jeder Zeit anwenden können. Die Methode kann helfen, das körpereigene Energiesystem ins Gleichgewicht zu bringen, positive Ressourcen in belastenden Situationen zu aktivieren, Blockaden zu lösen und somit die eigenen Ziele gelöst und frei zu erreichen. In diesem Kurs lernen Sie unter anderem die vierzehn Hauptmeridiane kennen, die in der energetischen Psychologie als Klopfpunkte eingesetzt werden. In vielen praktischen Übungen lernen Sie weiterhin, emotional belastende Situationen zu erkennen und diese mit Hilfe der Klopfakupressur erfolgreich zu lösen.

C83195 8,00 Ustd. 43,– €
2 Abende, ab 18.6.2012
Mo, 18:00 – 21:00 Uhr
Anita Heyer

D83200 8,00 Ustd. 43,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Anita Heyer

Den Stress wegtanzen

Tanzen macht Spaß, entspannt und der Kopf wird wieder frei.
Dieser Tag dient der Stressverringerung durch achtsame und dynamische Ansätze aus Tanz und Therapie. Das Herausfinden persönlich hilfreicher Möglichkeiten über Bewegung ermöglicht, ruhiger, gelassener und präsenter zu sein. Erste Strategien für die Übertragung in den Alltag können gemeinsam entwickelt werden.
Bitte bequeme Kleidung und warme, rutschfeste Socken oder Hallenturnschuhe mitbringen.

E83210 8,00 Ustd. 46,– €
1 Tag, 19.1.2013,
Pause 12:30 – 14:00 Uhr
Sa, 9:30 – 17:00 Uhr
Claudia Ottmann

Gesunder Schlaf

D82300 3,00 Ustd. 14,– €
1 Abend, 19.11.2012
Mo, 19:00 – 21:15 Uhr
Wolfram Krug
Nähere Informationen auf Seite 131.

Das Wahrnehmen des Cranio-Sacral-Rhythmus

Zwischen Schädel (Cranio) und Kreuzbein (Sacral) wiegt rhythmisch und sanft der »Atem des Lebens«. Ist der »Atem des Lebens« in seinem freien Ausdruck behindert, können eine Vielzahl von Beschwerden auftreten. Eine Reihe von Übungen kann Sie darin unterstützen, sich auf den cranio-sacralen Rhythmus einzustimmen:
– bewusste Wahrnehmung der Rhythmen des Körpers: Herzschlag – Atem
– über eine Reihe von »Lauschstationen« Kontakt mit unseren Körperteilen aufnehmen und den Rhythmus spüren
– den cranio-sacralen subtilen Puls fühlen, der den ganzen Körper beeinflusst.

Der Körper und unser Wesen gewinnen eine neue Freiheit und tiefe Entspannung.
Bitte warme Socken mitbringen.
D83400 8,00 Ustd. 40,– €
1 Tag, 3.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Karin Gilch

Beckenbodentraining

Ein schwacher Beckenboden kann Störungen verursachen, die die Betroffenen sehr belasten:
– Senkung von Gebärmutter und Blase
– unfreiwilliger Harnabgang (Inkontinenz)
– Einschränkung der sexuellen Empfindung

Inhalte dieses Kompaktkurses sind:
– Anatomie und Funktionsweise der Beckenbodenmuskulatur
– Möglichkeiten zur Entlastung des Beckenbodens im Alltag
– Kräftigungsübungen unter besonderer Berücksichtigung der Atmung
– Entspannung

Bitte bringen Sie ein Handtuch, warme, bequeme Kleidung und dicke Socken mit.
D83410 8,00 Ustd. 38,– €
2 Wochenenden,
1./2.12. und 8./9.12.2012
Sa + So, 10:00 – 11:30 Uhr
Elke Bauer

Erkrankungen und Heilmethoden

Klassische Homöopathie

Seminarreihe mit Heilpraktikerin Inga Wagner, Qualifizierte Homöopathin des BKHD und SHZ.

1. Einführung und Grundsätzliches

Klassische Homöopathie ist eine Heilkunst, die bei sämtlichen akuten und chronischen Erkrankungen ihre heilende Wirkung zeigt, ob akute Infekte, Schmerzzustände, entzündliche, degenerative oder autoaggressive Erkrankungen, Endometriose, Kinderlosigkeit oder psychosomatische Störungen.
Die Homöopathie sieht alle Symptome/Krankheitszeichen als Anstrengungen der Lebenskraft, das geschwächte oder verlorene Gleichgewicht wiederherzustellen. Darum therapiert die Klass. Homöopathie nicht die Symptome, sondern behandelt den Menschen mit seinen individuellen Krankheitsäußerungen und wirkt stärkend auf seine Lebenskraft ein. Dadurch verschwindet oder verringert sich die Beschwerde als natürliche Folgeerscheinung.
An diesem Abend erhalten Sie auch einen Einblick in die Heilmethode der Klassischen Homöopathie, die Gesetzmäßigkeiten der Heilung und der Unterdrückung. Sie erfahren, wie homöopathische Mittel laut S. Hahnemann hergestellt werden, welche Potenzen es gibt, wie und wo diese eingesetzt werden, wie die Arzneikräfte auf den Menschen wirken und wie Sie den Verlauf richtig beurteilen und evtl. korrigieren können.
E83510 3,33 Ustd. 14,– €
1 Abend, 18.2.2013
Mo, 19:00 – 21:30 Uhr

2. Erkältung, Grippe & Co.

Die Teilnahme an diesem Kurs setzt den Besuch des Einführungsabends voraus, da dieser Kurs auf dem ersten Abend aufbaut. Anderenfalls ist ein gutes Grundlagenverständnis der homöopathischen Heilgesetze und deren Anwendung erforderlich. An diesem Abend werden die typischen homöopathischen Mittel vorgestellt, die bei der Behandlung von Erkältungskrankheiten, grippalen Infekten, Husten und Halsentzündungen verwendet werden – zur Anwendung bei Kindern und Erwachsenen.
E83520 3,33 Ustd. 14,– €
1 Abend, 25.2.2013
Mo, 19:00 – 21:30 Uhr

3. Erste Hilfe in Notfällen

Die Teilnahme an diesem Kurs setzt den Besuch des Einführungsabends voraus, da dieser Kurs auf dem ersten Abend aufbaut. Anderenfalls ist ein gutes Grundlagenverständnis der homöopathischen Heilgesetze und deren Anwendung erforderlich. An diesem Abend werden die homöopathischen Mittel vorgestellt, die in akuten Notfällen verwendet werden: bei allerlei Verletzungen, Verbrennungen, Hexenschuss, Schock, Insektenbisse/-stiche, Vergiftungen, auf Reisen – für Kinder wie Erwachsene.
E83530 3,33 Ustd. 14,– €
1 Abend, 4.3.2013
Mo, 19:00 – 21:30 Uhr

Dr. Schüßler Salze

Salze des Lebens

Laut Dr. Schüßler ist Gesundheit das quantitative Gleichgewicht einzelner Mineralsalze. 12 Salze sind es, die unsere Hormone und Stoffwechselvorgänge, Gemüt und Seele beeinflussen. Doch was passiert, wenn sich unser Salzhaushalt im Ungleichgewicht befindet? Wie beuge ich dem vor? Wie wirken die Salze? Welches Salz nehme ich bei Erkältungen, welches bei Fieber? Welches wirkt vorbeugend u. a. bei Alterungsprozessen, Bindegewebsschwächen oder Hautkrankheiten? Und wer war überhaupt Dr. Schüßler?
Antworten auf diese Fragen, Tipps und Tricks erhalten Sie an diesen Abenden. Aufgrund ihrer Eigenschaften – sanft, wirkungsvoll und risikofrei – sind Dr. Schüßler Salze ideal zur Selbstbehandlung.
D83560 6,67 Ustd. 26,– €
2 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 19:00 – 21:30 Uhr
Cäcilia Brendel

Intakter Darm, intakte Gesundheit

Der Darm ist die Grundlage unserer Lebenskraft und damit auch unserer Gesundheit. 80 % unseres Immunsystems befindet sich in den Wänden des Dünn- und Dickdarms. Kommt es zu einer Störung im Darmsystem, kann sich der Körper mit vielen unterschiedlichen Krankheitszeichen dagegen wehren:
– Verdauungsstörungen
– Abwehrschwäche
– Allergien
– Kopfschmerzen und Migräne
– chronischen Infekten
– Hauterkrankungen
– psychischen Störungen

Der Abend vermittelt ausführliche Informationen zu Krankheitsbildern, Ursachen und Therapiemöglichkeiten aus naturheilkundlicher Sicht.
D83600 3,00 Ustd. 13,– €
1 Abend, 30.10.2012
Di, 19:00 – 21:15 Uhr
Manuela Hildebrandt

Wenn der Darm trotzt

Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Sie wurden mit der Diagnose Reizdarm vertröstet oder mit dem Satz »Damit müssen Sie leben« nach Hause geschickt? Sie fühlen sich müde und energielos trotz gesunder Ernährung? Sie vertragen bestimmte Nahrungsmittel und dann wieder nicht? Das Wissen um bestimmte natürliche Inhaltstoffe (Lactose, Fructose, Sorbit) in Nahrungsmitteln und deren Wirkung im Körper kann Licht ins Dunkel bringen. Welche Möglichkeiten zur Überprüfung zur Verfügung stehen, und was Sie selbst zur Verbesserung Ihres Wohlbefindens tun können, erfahren Sie in diesem Seminar.
D83610 3,00 Ustd. 13,– €
1 Abend, 5.12.2012
Mi, 19:00 – 21:15 Uhr
Dr. Astrid Gerstemeier

Anzeige

Psychosomatische Naturheilpraxis
Dr. Manfred Schöneberger
- Heilpraktiker -
Hermann-Hesse-Str. 26 65207 Wiesbaden

Haben Sie häufig
- Kopfschmerzen
- Schlafstörungen
- Magen-Darmbeschwerden oder
- Erschöpfungszustände?

Körper und Seele sind bei diesen Beschwerden gleichermaßen betroffen! Ich kann Ihnen dabei durch spezielle Akupunkturtechniken, homöopathische Komplexmittel verbunden mit persönlichkeitsstärkender Gesprächspsychotherapie nachhaltig helfen!

Telefon: 06127/6596 Email: Dr.Schoeneberger@t-online.de

三寶

Die Blutegeltherapie

Ein traditionelles Heilmittel in der modernen Humanmedizin

Der Blutegel ist eine biologische Apotheke mit einer Reihe von Wirkstoffen, die auch in Arzneimitteln der Schulmedizin zum Einsatz kommen. Die natürliche Wirkstoffkombination des Blutegels ist jedoch einzigartig.
Sie wirkt entzündungshemmend, antibakteriell, schmerzlindernd, gerinnungshemmend und hilft bei einer Vielzahl von Erkrankungen mit Durchblutungsstörungen (z. B. Krampfadern) oder schmerzhaften Entzündungen in den Gelenken (z. B. Kniearthrosen) oder im Rückenbereich.
Bei welchen Erkrankungen ist eine solche Therapie angezeigt? Wie ist der Ablauf einer Blutegelbehandlung? Gibt es Kontraindikationen? Welche weiteren therapeutischen Effekte gibt es?
Antworten auf diese und auf die von Ihnen gestellten Fragen erhalten Sie an diesem Abend.
Die Referentin ist Krankenschwester und Heilpraktikerin.

D83650 2,67 Ustd. 13,– €
1 Abend, 30.10.2012
Di, 18:00 – 20:00 Uhr
Gabriele Müller

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Selbsthilfe mit der Dorntherapie

Es gibt viele Ursachen, die dazu führen können, dass Gelenke oder die einzelnen Wirbel aus ihrer optimalen Stellung herausrutschen, sich verkanten, verdrehen. Das kann u. a. zu Beinlängendifferenzen, Blockierungen, Verspannungen, Schmerzzuständen, aber auch zu Bandscheibenvorwölbungen (Protrusion) bzw. Bandscheibenvorfällen (Prolaps) führen.
Mit Hilfe der Dorn-Therapie können Gelenke sowie blockierte Wirbel wieder eingerichtet, Beinlängendifferenzen, u. U. sogar Skoliosen korrigiert werden.
In diesem Workshop werden theoretische sowie praktische Kenntnisse vermittelt, wie Sie mit dem Selbsthilfe-Programm der Dorntherapie die Beschwerden zumindest positiv beeinflussen können. Es werden Teilnehmerunterlagen zur Verfügung gestellt, die Ihnen die Umsetzung im Alltag erleichtern helfen.
Bitte bequeme Kleidung und ein Handtuch mitbringen. Für Teilnehmerunterlagen und Materialien zusätzlich 2,– Euro pro Person bitte direkt an die Dozentin zahlen.

D83690 6,00 Ustd. 32,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 15:00 Uhr
Andrea Brodersen

Schmerzfrei durch Zilgrei®

Kombinierte Atmungs- und Haltungstherapie

Zilgrei® ist eine sehr wirkungsvolle Selbsthilfemethode zur Schmerzlinderung und zur besseren Beweglichkeit, die ohne besondere Voraussetzungen erlernbar ist. Sie kann in jedem Alter mit Rücksicht auf die momentane Bewegungseinschränkung und Schmerzen angewendet werden.
Das Wirkungsspektrum von Zilgrei® umfasst u. a. Einschränkungen des gesamten Bewegungsapparates und hilft besonders gut bei:
– Rückenschmerzen
– Beschwerden im Lenden-, Brust- und Nackenbereich
– Gelenkschmerzen in Knie, Hüfte, Schultern und Armen
– Muskelverspannungen
– Kopfschmerzen und Migräne
– Stressfolgen (Nervosität, Schlaflosigkeit, Verdauungsbeschwerden)
– Kreislauf- und Durchblutungsstörungen
– Atembeschwerden.

Bitte bequeme Kleidung, Socken, Decke, Nackenkissen, Schreibutensilien, Getränke und Imbiss mitbringen.

D83700 10,00 Ustd. 59,– €
1 Tag, 24.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Heidi Ninomiya-Rehm

Akupressur

Mit Akupressur können Sie sich bei Schmerzen selbst behandeln. Schaden kann man sich dabei nicht, so dass ein Versuch immer lohnt. An diesem Abend werden häufig verwendete Punkte für folgende Störungen demonstriert und geübt: Bauch-, Kopf-, Nacken- und Regelschmerzen sowie Erkältung. Mit einem kleinen Merkzettel ausgestattet können Sie die Behandlungen zu Hause bei Bedarf durchführen.

D83725 2,00 Ustd. 10,– €
Villa Schnitzler
1 Abend, 21.11.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. med. Wolfgang Scherpf

Hypnose

Hokuspokus, Scharlatanerie oder seriöse Heilmethode?

D82150 2,67 Ustd. 13,– €
1 Abend, 1.11.2012
Do, 19:00 – 21:00 Uhr
Verena Herbertz
Nähere Informationen auf Seite 129.

Jin Shin Jyutsu®

Japanisches Heilströmen für Fortgeschrittene

Wie alle ganzheitlichen Heilkünste geht Jin Shin Jyutsu davon aus, dass Körper, Geist und Seele eine Einheit bilden. Jedes Unwohlsein, jeder Schmerz hat auch einen psychischen Aspekt. Jin Shin Jyutsu hilft dabei, diese Zusammenhänge zu sehen, Erkenntnisse über uns selbst zu gewinnen und dieses Wissen umzusetzen. Deshalb ist diese Heilkunst Physiologie, Psychologie und Philosophie zugleich.
Regulierung geschieht über Energiepunkte. Durch die sanfte Berührung lernt der Körper ganz mühelos und ohne Worte, wie er diesen heilsamen Zustand erreichen kann. Hände an zwei Energiepunkten anlegen (das nennt man Strömen) und geschehen lassen.

D83740 20,00 Ustd. 65,– €
10 Vormittage, ab 11.9.2012
Di, 10:30 – 12:00 Uhr
Karin Gilch

Chinesische Medizin

2000 Jahre alte Heilkunst aus dem Reich der Mitte

In der chinesischen Medizin wird der Mensch ganzheitlich betrachtet. Die chinesische Diagnostik stützt sich auf ein ausführliches Gespräch, die Zungen- und die Pulsdiagnose. Neben einer theoretischen Einführung werden verschiedene Übungspraktiken (Qi Gong, Tai Chi, Schröpfmassage, Akupressur) vorgestellt, die bei Verspannungen und Schmerzen im Bewegungsapparat hilfreich sind. Es bleibt Zeit für Fragen und zur Diskussion. Ein Kursskript wird mitgegeben.

C83780 2,00 Ustd. 10,– €
Villa Schnitzler
1 Abend, 13.6.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. med. Wolfgang Scherpf

Feuergläser

Schröpfen für den Hausgebrauch

Schröpfen als Hausmittel ist in vielen Kulturen verbreitet. Bei uns ist das Wissen über diese einfache Technik leider verloren gegangen. Zeit, wieder ein bisschen über die Anwendung zu lernen. Nach diesem Praxisseminar können Sie Schröpfgläser bei Erkältungen und Muskelverspannungen anwenden. Auch eine wohltuende Schröpfmassage können Sie durchführen. Material zum Üben wird gestellt. Am besten melden Sie sich mit einem Partner an und bringen eine Decke mit.

D83800 2,00 Ustd. 10,– €
Villa Schnitzler
1 Abend, 31.10.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Dr. med. Wolfgang Scherpf

Entspannung und Körpererfahrung

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V
Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung/Entspannung und Suchtmittelkonsum kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird. Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Bitte beachten Sie: Wenn bei Ihnen gesundheitliche Einschränkungen vorliegen, besprechen Sie bitte vor Kursbuchung mit Ihrem Arzt, ob eine Teilnahme für Sie geeignet ist. Sie können zusätzlich im Fachbereich anrufen (Telefon 06 11 – 9 88 91 40). Wir klären gerne kursspezifische Voraussetzungen mit Ihnen ab.
Wenn Sie sich ein fortlaufendes Kursprogramm anschauen wollen, bevor Sie es buchen, rufen Sie bitte ebenfalls im Fachbereich an. Wir vereinbaren mit Ihnen – wenn möglich – eine Probestunde zu einem Kostenbeitrag von 5,– €.
Weitere Kurse zur Stressbewältigung siehe Seite 134

Wege zur Ruhe

Achtsamkeit im Alltag

Achtsamkeit ist die Übersetzung des Sanskrit-Wortes smriti, das ursprünglich vor allem Gedächtnis und Erinnerung bedeutet. Die erweiterte Bedeutung entspringt der Erfahrung, dass wir vor allem die Momente im Gedächtnis, in lebendiger Erinnerung behalten, in denen wir vollkommen lebendig sind, in denen sich Herz und Geist öffnen – für die Intensität des Augenblicks. Achtsamkeit meint also nicht verkrampfte Selbstkontrolle, sondern ist die Akzeptanz dessen was geschieht, während es geschieht.
Die Dozentin ist Fachtherapeutin für Körperpsychotherapie (DGK) und praktiziert seit vielen Jahren buddhistische Achtsamkeitsmeditation.

Tagesseminar
Wir beginnen mit der Einübung des achtsamen Dialogs. Im Anschluss daran wenden wir uns mit Gewahrsein unserem Körper zu. Das Mittagessen nehmen wir schweigend und in achtsamer Haltung ein. Am Nachmittag beschäftigen wir uns mit Atemmeditation und einem Bewegungsritual. Alle Methoden sind einfach zu erlernen und lassen sich mit etwas Übung mühelos in den Alltag integrieren.
Zur Vertiefung eignet sich auch Kurs **D84020**.
Bitte für das Essen ein »Lunch-Paket« mitbringen, außerdem bequeme Kleidung, Decke und ein Kissen.
D84010 8,67 Ustd. 45,– €
1 Tag, 6.10.2012
Sa, 10:00 – 16:30 Uhr
Petra von Kries

Abendseminar
Zunächst erlernen wir das Gewahrsein unseres Körpers, in Ruhe und in Bewegung. Danach beschäftigen wir uns mit achtsamer Atembetrachtung.
Bitte bequeme Kleidung und evtl. eine Decke mitbringen.
D84020 10,00 Ustd. 53,– €
5 Abende, ab 1.11.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Petra von Kries

Die Feldenkrais®-Methode

Bewusstheit durch Bewegung
Bei der Entwicklung seiner Methode ging Moshe Feldenkrais davon aus, dass die Verbesserung der Bewegung der leichteste und beste Weg ist, die Lebensqualität zu heben.
Die Gruppenstunden bestehen aus verbal vermittelten Übungen. Diese sind anstrengungslos, denn der Schwerpunkt liegt im aufmerksamen Wahrnehmen und nicht in der Bewegung als Leistung. Die Lektionen bilden den sicheren Rahmen beim Entdecken von Bewegungsmustern. Spielerisch werden vorhandene Möglichkeiten erleichtert und Alternativen geschaffen.
Diese durch und durch angenehmen Übungen können von Menschen jeden Alters und beinahe in jeder körperlichen Verfassung ausgeführt werden.
Bitte warme, bequeme Kleidung, Wollsocken, Kissen und eine Decke mitbringen.
D84030 8,00 Ustd. 40,– €
1 Wochenende
Sa, 1.12.2012, 15:00 – 18:00 Uhr
So, 2.12.2012, 11:00 – 14:00 Uhr
Doris Dohse

Wellness-Oase

D85800 5,33 Ustd. 65,– €
Das Badhaus im Radisson Blu
1 Vormittag, 7.11.2012
Mi, 9:00 – 13:00 Uhr
Rudi Ludgen

D85805 5,33 Ustd. 65,– €
Das Badhaus im Radisson Blu
1 Nachmittag, 7.11.2012
Mi, 11:00 – 15:00 Uhr
Rudi Ludgen
Nähere Informationen auf Seite 144.

Burnout – Burn light

Wieder Atem schöpfen
Burnout: Die Balance zwischen Beruf oder anderen Verpflichtungen einerseits und den sozialen Beziehungen, dem eigenen Wohlbefinden sowie dem Lebenssinn geht verloren, der Dauerstress beginnt. Soweit muss es nicht kommen! Entspannungs-, Körper- und Atemübungen führen raus aus der Stress-Spirale. Wieder Bei-sich-sein, innerlich zwei Schritte zurückgehen, um selbstbestimmt und flexibler in problematischen Situationen zu reagieren, das sind die Ziele.
Die Dozentin ist Therapeutin in psychosomatischer Atem- und Bewegungstherapie.
Bitte bequeme Kleidung, Decke und Socken mitbringen.
D84050 13,33 Ustd. 55,– €
8 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 18:30 – 19:45 Uhr
Hanne Engelhardt

Stress weg durch richtiges Atmen

Die Atemarbeit ist angezeigt bei vielfältigen psychosomatischen und funktionellen Störungen innerer Organe und des Bewegungsapparates (z. B. Rückenschmerzen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, rheumatische Krankheiten, Erschöpfungszustände, Stress, Schlafstörungen, Nervosität, Depressionen, Ängste).
Ein freier Atem mobilisiert die Selbstheilungskräfte des Körpers. Er macht blockierte Energien nutzbar, und ein positives Körpergefühl stellt sich ein. Innere Ruhe und mehr Freude im Alltag sind die Folge.
In keiner sonstigen Organfunktion sind mentale, psychische und körperliche Prozesse so eng miteinander verbunden wie im bewusst erfahrenen Atmen. Wollen Sie diese Kräfte für sich nutzen? Sie lernen an diesem Wochenende durch eigenständiges Üben Ihre persönliche Atem-, d. h. Lebensweise zu verbessern. Eingesetzt werden Bewegungen, Dehnungen, Druckpunkte und Stimme, mit denen der ursprüngliche Atemrhythmus wieder erlebt werden kann. Der Kursleiter ist Atemtherapeut und Heilpraktiker. Arbeitsgrundlage: Methoden Middendorf und Glaser.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mitbringen.
D84060 14,00 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 18:00 – 21:30 Uhr
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
Wilhelm Porzelt

Atem und Meditation

Meditation ist ein Erkennen dessen, was wir jenseits von Denken und Handeln sind. Um das zu entdecken, werden einige Techniken geübt, bei denen die Achtsamkeit auf den Atem entwickelt wird. Das führt zu mehr Ruhe und Gelassenheit, Freude und Wohlbefinden. Es wechseln stille Sitz-, Bewegungs- und Stimm-Meditationstechniken ab, die zum Teil mit Musik untermalt werden.
Der Kursleiter ist Atemtherapeut und Heilpraktiker.
Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken und eine Decke mitbringen.
E84070 14,00 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 18.1.2013, 18:00 – 21:30 Uhr
Sa, 19.1.2013, 10:00 – 18:00 Uhr
Wilhelm Porzelt

Mantra und Meditation

Ein Mantra (»Denkwerkzeug«) ist eine Klangformel, die den Geist in eine höhere Schwingungsebene versetzen und auf Dauer von negativen Denkmustern befreien kann. Meditation soll uns helfen, unsere wahre Natur zu erkennen, näher zu uns selbst zu gelangen. Beides kombiniert kann sehr machtvoll unseren Alltag verändern, wenn wir das wollen.
In diesem Workshop werden einige Mantren aus dem Yoga und Buddhismus sowie Grundtechniken der Meditation vorgestellt und geübt. Das Ganze wird aufgelockert durch sanfte Yogaübungen und abgerundet durch gemeinsames Mantrasingen.
D84080 4,67 Ustd. 23,– €
1 Tag, 16.12.2012
So, 10:00 – 13:30 Uhr
Ursula Owens

Buddhistische Meditation

Wenn Sie sich mehr Frieden im Umgang mit sich selbst und anderen wünschen, gelassener handeln wollen, statt ungeduldig zu reagieren, ist die Meditation ein guter Weg, um mehr Ruhe in Ihr Leben zu bringen und Sie bei der Bewältigung von Stress zu unterstützen.
Der Aufbau positiver Emotionen fördert Ihre persönliche Weiterentwicklung.
Es werden zwei grundlegende Meditationstechniken vermittelt; begleitende Gespräche binden die Praxis ein in die Lehre Buddhas.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Socken und Decke mit.

D84110 16,00 Ustd. 65,– €
6 Abende, ab 6.11.2012
Di, 19:00 – 21:00 Uhr
Ulla Reiss

Die Fünf Tibeter

Die Riten der »Fünf Tibeter« sind Dehnübungen entlang den Energiebahnen des Körpers. Sie bringen unsere Körperenergien wieder ins Gleichgewicht und sind damit vitalisierend und Stress abbauend. Die einfach durchzuführenden Übungen sind altersunabhängig in kurzer Zeit erlernbar und mühelos ohne großen Zeitaufwand in den Tagesablauf zu integrieren. Bestimmte Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie eine Wolldecke und Socken mit.

D84130 12,00 Ustd. 51,– €
6 Abende, ab 20.9.2012
(auch in den Herbstferien)
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Renate M. Weil

Vier Entspannungsmethoden stellen sich vor

Das Seminar wendet sich an alle, die noch auf der Suche nach ihrer individuellen Entspannungsmethode sind. Hier werden Tai Chi Chuan, Qi Gong, Yoga und Autogenes Training vorgestellt. Alle vier Methoden vermitteln Entspannung und Ausgeglichenheit und helfen so dem Menschen, zu seiner »eigenen Mitte« zurückzufinden.
Die in diesem Seminar vorgestellten Bewegungs- und Atemübungen unterstützen Sie dabei herauszufinden, ob Sie ein Mensch sind, der nach dem Sprichwort handeln könnte »In der Ruhe liegt die Kraft« oder ob Sie eher über die Bewegung zur Ruhe gelangen. Außerdem werden Sie Einblicke in die chinesische Philosophie (Tai Chi Chuan und Qi Gong), die indische Philosophie (Yoga) und die Grundgedanken, die dem Autogenen Training zugrunde liegen, bekommen.
Bitte bequeme Kleidung, Wollsocken und eine Decke mitbringen

Ferienkurs
D84165 8,00 Ustd. 28,– €
4 Abende, 2. – 5.7.2012
Mo – Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Julia Warnach

Tageskurs
D84170 8,00 Ustd. 29,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Julia Warnach

Leistungsfähiger sein – entspannter arbeiten

Stressbewältigung, Bewegung und Ernährung
Bildungsurlaub

D82620BU 40,00 Ustd. 210,– €
5 Tage, 8. – 12.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 16:00 Uhr
Eva Hauser-Bürklein, Wolfram Krug, Claudia Roth
Nähere Informationen auf Seite 132.

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

Autogenes Training

(Einführung)

Autogenes Training ist ein bewährtes und leicht durchführbares Verfahren, mit dem Sie bei regelmäßiger Anwendung lernen, sich gezielt zu entspannen, Ihre körperliche und seelische Belastbarkeit zu verbessern und die Konzentrationsfähigkeit zu steigern. Festgelegte Übungsabläufe unter Anleitung helfen Ihnen auf diesem Weg.
Die Dozentin ist Entspannungspädagogin. – Bitte bequeme Kleidung, Socken, ein kleines Kissen und Decke mitbringen.

D84200 16,00 Ustd. 65,– €
8 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 18:00 – 19:30 Uhr
Christa Löber

D84210 16,00 Ustd. 65,– €
8 Abende, ab 1.11.2012
Do, 18:15 – 19:45 Uhr
Christa Löber

Progressive Muskelentspannung

nach Dr. E. Jacobson

Die progressive Muskelentspannung ist eine einfach zu erlernende und wirksame Entspannungsmethode zum gezielten Stressabbau. Das Wirkungsprinzip beruht auf der bewussten Anspannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen. Das Verfahren ist leicht erlernbar und bringt im Vergleich mit anderen Methoden oft schnellere Erfolge. Die tiefe körperliche und psychische Entspannung tritt rascher ein und erhöht so die Motivation zum Üben. Sie lernen Ihre Entspannung gut zu spüren, um so den ganzen Körper zur Ruhe führen zu können. Effektive Kurzübungen runden das Entspannungsprogramm ab. Diese Methode ist besonders bei Schlafstörungen, Nervosität sowie Kopf- und Rückenschmerzen einsetzbar.
Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eine Decke, ein kleines Kissen und warme Socken mit.

D84230 16,00 Ustd. 65,– €
8 Abende, ab 6.9.2012
(auch in den Herbstferien)
Do, 18:15 – 19:45 Uhr
Christa Löber, Entspannungspädagogin

D84240 16,00 Ustd. 65,– €
8 Abende, ab 29.10.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Sabine Spreer, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Progressive Muskelentspannung 50plus

Die progressive Muskelentspannung ist eine einfach zu erlernende und wirksame Entspannungsmethode zum gezielten Stressabbau. Das Wirkungsprinzip beruht auf der bewussten Anspannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen. Das Verfahren ist leicht erlernbar und bringt im Vergleich mit anderen Methoden oft schnellere Erfolge. Die tiefe körperliche und psychische Entspannung tritt rascher ein und erhöht so die Motivation zum Üben. Sie lernen Ihre Entspannung gut zu spüren, um so den ganzen Körper zur Ruhe führen zu können. Effektive Kurzübungen runden das Entspannungsprogramm ab. Diese Methode ist besonders bei Schlafstörungen, Nervosität sowie Kopf- und Rückenschmerzen einsetzbar.
Die Dozentin ist Entspannungspädagogin.
Bitte warme, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

D84245 13,33 Ustd. 55,– €
8 Vormittage, ab 30.10.2012
Di, 11:00 – 12:15 Uhr
Christa Löber

Progressive Muskelentspannung und Autogenes Training im Sitzen

Sitzend auf dem Stuhl lernen Sie leichte Entspannungsübungen aus der Progressiven Muskelentspannung (PME) nach Jacobson und dem Autogenen Training (AT) nach Prof. Schultz.
PME – Sie erleben gezielt Entspannung durch das Loslassen der angespannten Muskulatur, AT – Sie entspannen mental mit Körper, Geist und Seele. Die Übungen im Sitzen lassen sich leicht in den Alltag übertragen.
Bitte warme, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

D84280 13,33 Ustd. 55,– €
8 Abende, ab 1.11.2012
Do, 17:00 – 18:15 Uhr
Christa Löber

Tai Chi Chuan und Qi Gong

Tai Chi Qi Gong

für Teilnehmer/innen mit und ohne Vorkenntnisse(n)

Wir praktizieren eine östliche Entspannungsmethode zum Abbau physischer und psychischer Spannungen. Die Übungen bewirken eine Aktivierung der Selbstheilungskräfte in unserem Körper. Erlernt wird eine Bewegungsform, die besondere Entwicklungen einleitet: Beweglichkeit, Stabilität, Balance, Konzentration, Koordination. Geeignet für Jung und Alt.
Vorübungen: Lockerungsübungen, Rückenschule, Haltungsschulung, Qi Gong Übungen.
Ziel des Seminars ist es, die Prinzipien des Tai Chi Chuan – chinesisches Schattenboxen – und Qi Gong – Selbstwiederherstellung – verstehen zu lernen. Sie sind Bausteine der traditionellen chinesischen Medizin.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Ferienkurs
D84340 8,00 Ustd. 28,– €
4 Abende, 2. – 5.7.2012
Mo – Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Julia Warnach

Form: Die Harmonie
D84300 24,00 Ustd. 81,– €
12 Abende, ab 12.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
R. Ananda Klee

Form: Die 8 Brokate
D84310 24,00 Ustd. 81,– €
12 Abende, ab 12.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
R. Ananda Klee

Tai Chi Chuan

Die chinesische Kunst des Schattenboxens wird auch als Meditation in Bewegung bezeichnet. Langsame, weiche, fließende Bewegungen im Einklang mit den natürlichen Möglichkeiten des Körpers führen zur inneren Ruhe, Ausgeglichenheit, Konzentration und Ausdauer. Alte Texte beschreiben es so: »Wer Tai Chi nutzt, wird geschmeidig wie ein Kind, stark wie ein Krieger und gelassen wie ein Weiser.«

Die Übungen bedürfen keiner Kraftanstrengung und sind daher für Jung und Alt geeignet.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Grundkurs (Yangstil Kurzform)
D84400 25,00 Ustd. 72,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 17:30 – 18:45 Uhr
Wolfgang Meier

Aufbaukurs (Yangstil Kurzform)
D84410 25,00 Ustd. 86,– €
Fritz-Gansberg-Schule
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 20:45 Uhr
Wolfgang Meier

Fortgeschrittene (Yangstil Kurzform)
D84460 25,00 Ustd. 95,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 18:45 – 20:00 Uhr
Wolfgang Meier

Fortgeschrittene (Yangstil-Kurzform) Vertiefung der Form und der Waffenform
D84470 30,00 Ustd. 114,– €
Fritz-Gansberg-Schule
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Wolfgang Meier

13er Form

Die Tai Chi 13er Form entstammt der Taijiquan Tradition der daoistischen Drachentorschule (Long Men Taijiquan) und ist ein integraler Bestandteil der Übungspraxis der daoistischen Mönche. Sie verbindet auf einmalige Art und Weise die Kunst der Gesundheitserhaltung und Heilung mit der Meditation und den Aspekten der Selbstverteidigung und verfügt über ein einzigartiges sechsstufiges Vertiefungssystem, das den Übenden über das Erlernen der Form, die strukturelle Feinkorrektur des Körpers, die Schulung der Atmung und Anwendung bis hin zu verschiedenen Formen der Energiearbeit und Meditation in der Form führt.
Die Kursleiterin ist von der Europäischen TaijiDao Gesellschaft (ETG) anerkannt.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Weiterführung
D84500 20,00 Ustd. 58,– €
15 Abende, ab 4.9.2012
Di, 19:00 – 20:00 Uhr
Christa Pfau

Fortgeschrittene
D84510 25,00 Ustd. 72,– €
15 Abende, ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:15 Uhr
Christa Pfau

Taiji 13er Form

Vertiefungs- und Fortführungsseminar

Die Taiji 13er Form entstammt der Taijiquan Tradition der daoistischen Drachentorschule (Long Men Taijiquan) und ist ein integraler Bestandteil der Übungspraxis der daoistischen Mönche. Sie verbindet auf einmalige Art und Weise die Kunst der Gesundheitserhaltung und Heilung mit der Meditation und den Aspekten der Selbstverteidigung und verfügt über ein einzigartiges sechstufiges Vertiefungssystem, das den Übenden über das Erlernen der Form, die strukturelle Feinkorrektur des Körpers, die Schulung der Atmung und Anwendung bis hin zu verschiedenen Formen der Energiearbeit und Meditation in der Form führt. Durch diese große Tiefe sichert sie dem Übenden trotz ihrer nur 13 Bewegungen eine tiefgreifende und langjährige Weiterentwicklung.
Dieser Kurs wendet sich primär an Übende, die schon einen Einstieg in die Arbeit mit der Form gefunden haben, und dient der Korrektur, Vertiefung und Fortführung.
Keine Ermäßigung möglich!
D84570 6,67 Ustd. 84,– €
1 Tag, 8.12.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Meister Shen Xijing

5 Wandlungsphasen Qi Gong

(Wu Xing Qi Gong) für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Die Gesundheit, Kraft und Harmonie eines Menschen hängt nach der traditionellen chinesischen Vorstellung vom Gleichgewicht und der harmonischen Wandlung von Yin und Yang in seinem Körper ab. Auf der Suche nach diesem harmonischen Gleichgewicht durchlaufen unser Körper und unser Geist immer wieder Phasen verschiedener Yin- und Yang-Ausprägung (z.B. im Tagesverlauf: Schlaf, Aufwachen, Aktivität, Stabilisierung, Beruhigung oder beim Stoffwechsel: Zufuhr (essen), Absorption (verdauen), Nähren (einbauen der Nährstoffe), Ausscheiden und Regeneration (fasten) – dies sind die so genannten 5 Wandlungsphasen von Yin und Yang (Wu Xing), manchmal auch 5 Elemente genannt.
Folgende Übungspraktiken gehören zum 5-Wandlungsphasen-Qi Gong:
- Übungen mit körperlicher Bewegung
- Selbstmassage und Akupressur
- Meditation im Sitzen und Liegen
- Spezielle Atemtechniken und Harmonisierungslaute
- Die bewusste Führung des Qi zur Bahnung der Meridiane
- Die Rückverbindung zu den Kräften der 5 Elemente in der Natur

An diesem Tag wird ein Ausschnitt aus dem umfangreichen Übungsprogramm zur Wandlungsphase Wasser vermittelt.
Keine Ermäßigung möglich!
Bitte Verpflegung und Getränke für den Tag mitbringen.
D84600 6,67 Ustd. 84,– €
1 Tag, 9.12.2012
So, 10:00 – 16:00 Uhr
Meister Shen Xijing

Qi Gong

Qi Gong ist ein Teil der traditionellen chinesischen Medizin und besteht aus sanften Übungsfolgen, die der Gesunderhaltung, Kräftigung und Harmonisierung dienen.
Achtsame Atem- und Körperübungen aktivieren die Selbstheilungskräfte und stärken Vitalität und Wohlbefinden.
Bitte bequeme Kleidung und Hallenturnschuhe mitbringen.
D84620 21,67 Ustd. 62,– €
13 Abende, ab 3.9.2012
(nicht am 8.10.)
Mo, 17:00 – 18:15 Uhr
Ute Bingel, Physiotherapeutin

D84625 21,67 Ustd. 62,– €
13 Abende, ab 3.9.2012
(nicht am 8.10.)
Mo, 18:15 – 19:30 Uhr
Ute Bingel, Physiotherapeutin

D84630 21,67 Ustd. 63,– €
13 Abende, ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:15 Uhr
Gabriele Sieberock, Dipl.-Soz.pädagogin

Qi Gong für Frauen

Yin nähren – die weibliche Energie stärken. Frauen sind von ihrer Grundkonstitution her yin und in andere Lebenszyklen eingebunden als Männer. Unser meist sehr yangbetonter Lebensstil belastet die Balance zwischen Yin und Yang zusätzlich, was sich emotional und körperlich in verschiedenen Symptomen niederschlagen kann. Auf die weiblichen Bedürfnisse abgestimmte Übungen und Meditation helfen die Funktionen des weiblichen Körpers zu harmonisieren. Vermittelt wird eine Reihe sanfter Übungen, die neben Stressbewältigung eine effektive Hilfe zur Prävention, Selbstregulation und Regeneration bieten.
Die Dozentin ist Dipl.-Sozialpädagogin und Heilpraktikerin (Psychotherapie).
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Hallenturnschuhe mit.

D84670 21,67 Ustd. 63,– €
13 Abende, ab 6.9.2012
Do, 18:45 – 20:00 Uhr
Gabriele Sieberock

Das Herz-Qigong

Das Herz-Qigong ist eine Methode des medizinisch orientierten Qigong. Es beugt Herz- und Gefäßerkrankungen vor und wirkt Blutdruck regulierend. Die Ausübung des Herz-Qigong reguliert die Durchlässigkeit der Leitbahnen und vermeidet dadurch die Qi-Stagnation und Blutstauung. Beim Herz-Qigong werden alle Glieder und inneren Organe angesprochen. Die Bewegungen sind intensiv, führen aber nicht zu Erschöpfung. Sie sind sanft und langsam, deshalb können auch Kranke das Herz-Qigong ausüben.

D84710 21,67 Ustd. 62,– €
13 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 9:15 – 10:30 Uhr
Karin Gilch

D84720 21,67 Ustd. 62,– €
13 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 10:40 – 11:55 Uhr
Karin Gilch

Meridian-Qigong

Die 49-teilige Form ist die Hauptform des Daoyin Yangsheng Gong (DYYSG). Sie enthält vier Abschnitte:
– Regulation der Meridiane
– Zirkulation des Qi
– Leitung des Qi
– Einsammeln des Qi
Die Kursleiterin ist von der Europäischen TaijiDao Gesellschaft (ETG) anerkannt.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

D84750 20,00 Ustd. 63,– €
15 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 19:00 Uhr
Christa Pfau

Yoga

Yoga

Yoga ist ein ganzheitlicher Gesundheitsweg zur Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Eine Vielfalt von Körper-, Atem- und Entspannungsübungen führt zu mehr Körperbewusstsein. Die Muskeln und Sehnen werden gekräftigt, die Wirbelsäule, das Knochensystem sowie die Funktion der inneren Organe und das Nervensystem werden gestärkt. Die Yogapraxis hat das Ziel, ein Gleichgewicht zwischen Aktivität und Ruhe zu erreichen und das Wohlbefinden zu steigern sowie ein Gefühl von Einheit zu schaffen.
Bitte bequeme Kleidung, die Bewegungsfreiheit zulässt, und Wolldecke mitbringen.

Ferienkurse

Sanftes Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85150 8,00 Ustd. 28,– €
4 Abende, 2. – 5.7.2012
Mo – Do, 17:30 – 19:00
Gabi Schulte

Sanftes Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85160 8,00 Ustd. 28,– €
4 Abende, 2. – 5.7.2012
Mo – Do, 19:00 – 20:30 Uhr
Gabi Schulte

Sommerkurse

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85170 8,00 Ustd. 28,– €
4 Abende, 13. – 16.8.2012
Mo – Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Ursula Owens

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85180 8,00 Ustd. 28,– €
4 Abende, 13. – 16.8.2012
Mo – Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Ursula Owens

Vormittagskurse

Sanftes Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84890 24,00 Ustd. 69,– €
12 Vormittage, ab 7.9.2012
Fr, 9:00 – 10:30 Uhr
Gabi Schulte

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84940 20,00 Ustd. 58,– €
10 Vormittage, ab 11.9.2012
Di, 9:15 – 10:45 Uhr
Natalie Nikolska

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84950 30,00 Ustd. 86,– €
15 Vormittage, ab 5.9.2012
Mi, 9:30 – 11:00 Uhr
Ursula Owens

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84960 30,00 Ustd. 86,– €
15 Vormittage, ab 6.9.2012
Do, 9:00 – 10:30 Uhr
Ursula Owens

Abendkurse

Yoga Anfänger/innen
D84800 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 17:00 – 18:30 Uhr
Carola Matthies

Yoga Anfänger/innen
D84810 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 19:30 Uhr
Carola Matthies

Yoga Anfänger/innen mit Grundkenntnissen
Bitte zusätzlich rutschfeste Matte mitbringen.
D84840 24,00 Ustd. 69,– €
Kellerskopfschule, Naurod
12 Abende, ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 20:00 Uhr
Gertrud Schumacher

Sanftes Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84870 24,00 Ustd. 69,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 16:30 – 18:00 Uhr
Gabi Schulte

Sanftes Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84880 24,00 Ustd. 69,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Gabi Schulte

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85000 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Carola Matthies

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85010 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Ursula Owens

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85020 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Carola Matthies

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85040 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 19:30 Uhr
Ursula Owens

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85050 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 19:30 Uhr
R. Ananda Klee

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85060 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 4.9.2012
Di, 19:45 – 21:15 Uhr
R. Ananda Klee

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85070 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 17:00 – 18:30 Uhr
Wilfried Schuh

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85080 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:30 – 20:00 Uhr
Wilfried Schuh

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85090 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 21:00 Uhr
Carola Matthies

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85100 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Wilfried Schuh

YOGA STUDIO
Doris Brechtel

Zwergweg 43
65191 Wiesbaden-Bierstadt
Tel.: (0611) 71 98 02
doris.brechtel@web.de
www.yoga-in-wiesbaden.de
Individueller Yogaunterricht
Einzel + Kleingruppen
für Erwachsene und Kinder
Anzeige

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85110 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 21:00 Uhr
Carola Matthies

Yoga Anfänger/innen und Geübte
D85120 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Natalie Nikolska

Yoga Geübte
Bitte zusätzlich rutschfeste Matte mitbringen.
D85130 24,00 Ustd. 69,– €
Kellerskopfschule, Naurod
12 Abende, ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Gertrud Schumacher

Wochenendkurse

Sanftes Yoga Anfänger/innen und Geübte
D84920 8,00 Ustd. 29,– €
4 Vormittage, 8.9., 6.10., 10.11., 8.12.2012
Sa, 9:00 – 10:30 Uhr
Gabi Schulte

Yoga Geübte
D85140 15,00 Ustd. 55,– €
5 Vormittage, ab 9.9.2012
So, 10:00 – 12:15 Uhr
Ursula Owens

Yoga
(in englischer Sprache)
Move, stretch, relax and breathe! Für Anfänger/innen und Geübte
Learn and practise Hatha Yoga for body, mind and soul and improve your English at the same time.
Bitte bequeme Kleidung, die Bewegungsfreiheit zulässt, und Wolldecke mitbringen.
D85300 30,00 Ustd. 86,– €
15 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Ursula Owens

Hormonyoga
Hormonyoga richtet sich nicht nur an Frauen in den Wechseljahren, sondern ist bereits für Frauen ab 35 empfehlenswert, da die Hormonproduktion nach dem 30. Lebensjahr langsam abnimmt. Auch für jüngere Frauen mit starken Hormonschwankungen und Beschwerden vor oder während der Menstruation ist es sinnvoll Hormonyoga zu praktizieren. Die Übungen basieren auf dem Hatha-Yoga. Geübt wird in dynamischer Weise in Verbindung mit intensiver Atemtechnik. Die so aktivierte Energie wird dann gezielt im Körper gelenkt, um die Organe, die für die Hormonerzeugung wichtig sind, zu aktivieren.
Yogakenntnisse sind von Vorteil, aber keine Voraussetzung. Als Gegenanzeigen gelten östrogenbedingte Krebserkrankungen, Endometriose und stark erhöhter Blutdruck.
Bitte Decke und Yogakissen (falls vorhanden) mitbringen.
D85310 20,00 Ustd. 58,– €
10 Abende, ab 20.9.2012
Do, 20:00 – 21:30 Uhr
Jutta Ehrich

Yoga für starke Frauen
Bringen Sie einige Kilo mehr auf die Waage und sind unsicher, ob Yogaübungen für Sie geeignet sind?
Yoga für starke Frauen ist entspanntes Yoga mit kräftigenden Dehnübungen, die die Gelenke schonen, die Muskulatur aufbauen und die Beweglichkeit fördern. Die Atemtechnik erhöht den Sauerstoffgehalt des Blutes und verbessert so die Versorgung der Organe. Tiefenentspannung und Meditation runden die Übungseinheiten ab.
Bitte bequeme Kleidung, die Bewegungsfreiheit zulässt, und Wolldecke mitbringen.
D85315 8,00 Ustd. 29,– €
4 Vormittage,
8.9., 6.10., 10.11., 8.12.2012
Sa, 10:30 – 12:00 Uhr
Gabi Schulte

Yoga für Männer
Von seiner kulturellen Herkunft war und ist Yoga eine Männerdomäne. Im Westen werden heute Yoga-Angebote vorwiegend von Frauen wahrgenommen. Dabei ist Yoga eine geschlechtsübergreifende Disziplin, die ihren Fokus auf ein gutes Zusammenspiel zwischen Körper und Geist richtet, mit dem Atem als Vermittler. Dieser Kurs zielt auf eine Verbesserung des Körperbewusstseins ab sowie die Fähigkeit, sich körperlich und geistig entspannen zu können. Dies sind wichtige Pfeiler der individuellen Gesundheitsvorsorge.
Der Kurs will Männern einen Rahmen schaffen, sich ablenkungsfrei auf eine Entdeckungsreise in den jeweils eigenen Organismus einzulassen und dabei die eigenen Grenzen behutsam zu erweitern. Es werden körperliche Geschmeidigkeit und seelische Stabilität ausgebaut.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen.
D85320 20,00 Ustd. 58,– €
10 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Hans-Albert Müller

Sanftes Yoga für Ältere
In diesem Unterricht werden fließende aneinandergereihte Asanas praktiziert. Dabei wechseln Dehn- und kraftvolle Übungen einander ab. Die Übungen passen sich den Menschen an und nicht umgekehrt. Wer gesundheitliche Einschränkungen hat, führt die Asanas so aus, dass sie gut tun.
Die fließenden angepassten Übungen dienen der Gesunderhaltung des Körpers, Meditation und Tiefenentspannung lassen den Geist pausieren und abschalten.
Speziell auf den westlichen Menschen zugeschnitten.
Bitte bequeme Kleidung, die Bewegungsfreiheit zulässt, und Wolldecke mitbringen.
D85330 24,00 Ustd. 69,– €
12 Vormittage, ab 7.9.2012
Fr, 10:30 – 12:00 Uhr
Gabi Schulte

Yoga für Ältere
Dieser Kurs richtet sich an ältere Teilnehmer/innen auf Anfängerniveau: leicht erlernbare Körperübungen, die auch auf dem Stuhl durchzuführen sind, sowie Konzentrations- und Entspannungsübungen aus dem Yoga sollen Körper und Geist als eine wunderbare Einheit spürbar machen – auch bei zunehmendem Alter! Die Übungen können sowohl verschiedene Beschwerden lindern als auch den Umgang damit erleichtern und zu einer positiven Sichtweise verhelfen.
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.
D85335 30,00 Ustd. 86,– €
15 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 9:30 – 11:00 Uhr
Ursula Owens

Yoga für Kinder
(6 – 10 Jahre)
D989110 8,00 Ustd. 37,– €
6 Nachmittage, ab 29.10.2012
Mo, 16:00 – 17:00 Uhr
Ursula Owens
Nähere Informationen auf Seite 164.

Chill-out-Workshop
für Jugendliche (12 – 14 Jahre)
Yoga und Entspannung
D989120 4,67 Ustd. 23,– €
1 Tag, 15.12.2012
Sa, 10:00 – 13:30 Uhr
Ursula Owens
Nähere Informationen auf Seite 165.

Yoga-Workshop
mit Chakra-Konzentration
Viele Krankheiten, Ängste, Sorgen und Probleme haben ihre Ursache in einer Störung im Energiekörper.
In diesem Workshop erfahren Sie mehr über Ihre feinstofflichen Energiezentren (Chakren) und können Techniken und Methoden erlernen, um Blockaden in diesen Chakren zu lösen und die Energie zu erweitern, auszudehnen.
Nach einer kleinen theoretischen Einführung in die Lehre von den Chakren werden Sie in einer Asanastunde durch die Chakren geführt, um diese besser zu spüren und zu öffnen. Anschließend lernen wir mit sanftem Pranayama (Atemübungen aus dem Yoga), Chakra-Meditation und einer Tiefenentspannung mit Chakrakonzentration, wie energetisierend und harmonisierend die Arbeit mit den Chakren sein kann.
Bitte Meditationskissen und Decke mitbringen.
D85340 6,00 Ustd. 30,– €
1 Tag, 18.11.2012
So, 10:00 – 15:00 Uhr
Ursula Owens

Anzeige
Ein Weg zu mehr Gesundheit und Lebensfreude
Yoga nach Maß
Ihr individuelles Übungsprogramm für das regelmäßige Üben zu Hause
- auch in der Schwangerschaft
- und bei vielen akuten Beschwerden.

Katharina Jäschke
Yogalehrerin BDY/EYU
Yogateacher KHYF
Tel. (06 11) 81 25 14
Email: kontakt@katharina-jaeschke.de
www.yogapraxis-wiesbaden.de

Mudras
Wohlbefinden in den Fingerspitzen

Mudras (Sankrit: Siegel) sind bestimmte Fingerhaltungen, die bewirken, dass energetische Schaltkreise in unserem Energiekörper zum Einsatz kommen und so unser seelisches, geistiges und körperliches Wohlbefinden steigern bzw. Beschwerden verschiedenster Art lindern können.
In dieser Veranstaltung werden wir verschiedene Mudras (z. B. zur Befreiung von Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwächezuständen etc.) kennen lernen und üben sowie einige schonende, auch für Anfänger/Ungeübte sehr gut geeignete, leichte Yogaübungen für die Gelenke (Pawan Mukta Asanas), die das Sitzen erleichtern, durchführen. Gönnen Sie sich einen Energieschub für Ihre Gesundheit!

D85345 4,67 Ustd. 23,– €
1 Tag, 2.12.2012
So, 10:00 – 13:30 Uhr
Ursula Owens

Atemschule des Yoga
Pranayama
für mehr Lebensenergie

Pranayama, die Ausdehnung der Lebensenergie, gehört zu den acht Stufen des Ashthanga-Yoga nach Patanjali. Wer die entspannenden, reinigenden und harmonisierenden, aber auch energetisierenden Wirkungen richtigen Atmens kennen lernen und üben möchte, sollte diesen Workshop besuchen. Neben einigen der wichtigsten Atemtechniken aus dem Yoga werden wir hier auch sanfte Yoga-Asanas (Körperhaltungen) üben und so das Sitzen etwas »auflockern«.
Für Anfänger/innen und Geübte geeignet.

D85350 4,67 Ustd. 23,– €
1 Tag, 4.11.2012
So, 10:00 – 13:30 Uhr
Ursula Owens

Yoga zum Auftanken
Weihnachtlicher Wellness-Workshop
Kennen Sie das auch? Nach all den Einkäufen und Vorbereitungen für das Weihnachtsfest soll man frisch und entspannt sein und den Feiertagen lächelnd begegnen… – und man fühlt sich eher schlapp, fix und fertig?
Dann ist dieser kleine Workshop genau das Richtige, um sich mit wohltuenden Yoga-Asanas, energetisierenden Atemübungen und einer kleinen Meditation noch einmal zu stärken und zu entspannen. Und ein Tässchen Tee gibt's auch… Schenken Sie sich diese kurze, aber sehr wirkungsvolle Oase zu Weihnachten!
Bitte Meditationskissen und Decke mitbringen.

D85370 3,00 Ustd. 18,– €
1 Vormittag, 23.12.2012
So, 10:00 – 12:15 Uhr
Ursula Owens

Mantra und Meditation

D84080 4,67 Ustd. 23,– €
1 Tag, 16.12.2012
So, 10:00 – 13:30 Uhr
Ursula Owens
Nähere Informationen auf Seite 137.

Lach-Yoga
Im Tao-Yoga liegen die Wurzeln des seit einigen Jahren wiederentdeckten Lach-Yoga.
Die taoistischen Mönche halten sich seit über 5000 Jahren den Bauch und lachen, denn sie erkannten die reinigende Kraft des Lachens: Lachend wird der alltägliche Stress abgebaut, das »chi« – die Lebensenergie – beginnt wieder frei zu fließen und versorgt Körper/Geist und Seele ganzheitlich mit Lebensfreude. Lach-Yoga besteht aus Tiefenatmung, sanften Dehn- und Streckübungen, einer Fülle von heiteren »Lachschritten« und der »Lachmeditation«. Das Seminar, das von einer Lachtherapeutin geleitet wird, bietet eine Einführung in die Grundschritte des Lach-Yoga, es schenkt Ihnen die Erfahrung von purer Lebensfreude, heiterer Gelassenheit und tiefer Entspannung.
Bitte bringen Sie zum Seminar bequeme Kleidung, eine warme Decke, Ihr schönstes Lächeln und für die Mittagspause einen kleinen Imbiss mit.

D85450 8,00 Ustd. 40,– €
1 Tag, 11.11.2012
So, 10:00 – 17:00 Uhr
Gudula Steiner-Junker

Massage

Traditionelle thailändische Heilmassage
Die traditionelle thailändische Heilmassage basiert auf den Heilkünsten der alten chinesischen Medizin und der indischen Yoga- und Ayurveda-Lehre (kurze Einführung).
Sie folgt dem Grundsatz der Einheit von Körper, Geist und Seele und betrachtet den Menschen nicht unter den organspezifischen Gesichtspunkten.
Ziele sind immer:
– Regulation des Energieflusses
– Aktivierung und Harmonisierung der Selbstheilkräfte
– Stärkung des Immunsystems
– Abbau von Blockaden und Verspannungen sowie
– die Entwicklung eines hohen Ruhe- und Energiepotentials.

Charakteristisch für die Ausführung der traditionellen thailändischen Heilmassage ist große Achtsamkeit und Einfühlsamkeit. Wirksame Techniken sind: fester, flächiger Druck mit Handballen, Unterarm und Füßen sowie verstärkter Druck mit Daumen, Knie und Ellenbogen als tief wirkendes, punktuell anwendbares Instrument, Dehn- und Streck-techniken. Aus kulturellen und ästhetischen Gründen bleibt bei der Massage der Körper bekleidet (z. B. Leggins und T-Shirt).
Anmeldung nur paarweise möglich (€ 55,– pro Person)!
Bitte eine Decke mitbringen

D85500 12,00 Ustd. 55,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Karin Gilch

Heilsame Berührung
speziell für die Wirbelsäule

Diese Massage, die von Rudolf Breuß entwickelt wurde, löst unter Verwendung von Johanniskrautöl – das besonders den Bandscheiben wohl tut – leichte Blockaden der Gelenke sowie Verspannungen.
Die Breuß-Energie-Massage ist eine liebevolle und einfache Art dem Partner/der Partnerin Gesundheit und Wohlgefühl zu schenken. Durch ihre heilsame Wirkung werden Stoffwechsel sowie Entschlackung angeregt und damit erneuten Verhärtungen vorgebeugt.
Die Methode Wirbel und Gelenke »sanft« einzurichten wurde von Dieter Dorn entwickelt und angewendet und kann von jedem/jeder erlernt werden. Die in diesem Seminar vermittelte Selbsthilfeübung nach der Dornmethode hilft Beinlängendifferenzen zu regulieren und Blockaden im unteren Rückenbereich aufzuheben.
Achten Sie bitte auf kurz gefeilte Fingernägel. Die Massagen werden mit freiem Oberkörper durchgeführt. Frauen empfehlen wir das Tragen eines BHs oder Bikini-Oberteils.
Anmeldung nur paarweise möglich (€ 50,– pro Person).
Bitte pro Person zwei Badetücher, ein Handtuch, eine Decke sowie – falls gewünscht und vorhanden – eine Liege pro Paar mitbringen. Für Verbrauchsmaterialien wie Öle, Seidenpapier etc. zusätzlich 3,50 Euro pro Person bitte direkt an die Dozentin zahlen.

D85510 9,33 Ustd. 50,– €
1 Tag, 17.11.2012
Sa, 10:00 – 18:00 Uhr
Andrea Brodersen

Heilsame Berührung
speziell für den Nacken-Schulter-Bereich

Der Nacken-Schulter-Bereich ist oft eine sehr beanspruchte Körperregion. Diese Massage besteht deshalb aus vier Elementen, die helfen Verspannungen und Beschwerden im Nacken-Schulter-Bereich aufzulösen:
1. eine Streich- und Druckpunktmassage, die hilft strukturelle bzw. punktuelle Verhärtungen (Myogelosen) aufzulösen
2. Elemente der Osteopathie, die Bewegungseinschränkungen auflösen und Selbstheilungskräfte anregen können
3. eine weiterführende Methode der Breuss-Energie-Massage, die leichte Blockierungen der Halswirbelsäule und kleinere Verhärtungen an der Schädelbasis auflösen hilft
4. Dorn-Selbsthilfe-Übungen, die Bewegungseinschränkungen im Nacken-Schulter-Bereich auflösen helfen.

Achten Sie bitte auf kurz gefeilte Fingernägel. Die Massagen werden mit freiem Oberkörper durchgeführt. Frauen empfehlen wir das Tragen eines BHs oder Bikini-Oberteils.
Anmeldung nur paarweise möglich (€ 39,– pro Person).
Bitte pro Person ein Badetuch, ein Handtuch sowie eine dicke Decke und Isomatte mitbringen. Für Verbrauchsmaterialien wie Öle und Teilnehmerunterlagen zusätzlich 2,50 €/Person bitte direkt an die Dozentin zahlen.

D85520 7,33 Ustd. 39,– €
1 Tag, 18.11.2012
So, 10:00 – 16:00 Uhr
Andrea Brodersen

Massage für Paare

»Berührung ist eine der meist vergessenen Sprachen.« Alle möglichen Arten der Berührung haben sich zu den verschiedenen Formen der Massage entwickelt, wie sie bis heute angeboten werden.
In diesem Kurs wird das Gespür für Massage und einige Massageformen geübt: Sportmassage, Shiatsu, Schaukelmassage, Bindegewebsmassage für die Bereiche Schulter-Rücken, Beine und Füße, Arme und Hände, Gesichtsmassage.
Anmeldung ist nur paarweise möglich (€ 48,– pro Person).
Bitte leichte Bekleidung und Wolldecke mitbringen (kein Massageöl)

D85545 10,00 Ustd. 48,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 29.9.2012, 11:00 – 17:00 Uhr
Karl-Heinz Kollert

D85550 10,00 Ustd. 48,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 11:00 – 17:00 Uhr
Karl-Heinz Kollert

Shiatsu für Paare

Shiatsu ist eine alte Partnerbehandlung, die sich aus der chinesischen Massage Anmo und der Akupunktur entwickelt hat.
Mit Handballen, Daumen, Ellbogen oder Knie ausgeführt, wirkt Shiatsu auf den Körper und die Psyche über die Meridiane (Energiebahnen) entspannend und heilend. Es fördert außerdem einen regen, spielerischen Austausch miteinander und wirkt sich auf Behandelten und Behandler gleichermaßen positiv aus.
Der Kurs beinhaltet eine praktische wie theoretische Einführung in diese schöne Behandlungsform, begleitet von Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und Haltung des Körpers und der Atmung.
Anmeldung nur paarweise möglich (€ 48,– pro Person)
Bitte bringen Sie ein bis zwei Decken, ein Handtuch, bequeme Kleidung und warme Socken mit.

D85570 10,00 Ustd. 48,– €
1 Wochenende
Fr, 23.11.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 24.11.2012, 11:00 – 17:00 Uhr
Karl-Heinz Kollert

Fußreflexzonen-Massage

Basisseminar

Die Fußreflexzonen-Massage ist auf allen Kontinenten vielen Völkern als Möglichkeit der natürlichen Gesundheitsvorsorge, der Heilung und Linderung von Beschwerden bekannt. Aufgrund Jahrtausende langer Erfahrung (besonders in den beiden Hochkulturen China und Ägypten) ging und geht man davon aus, dass die Füße Spiegelbild des Menschen sind. So haben sie auch symbolische Bedeutung dafür, wie wir im Leben stehen und durchs Leben gehen.
Folgende sechs Grundwirkungen werden der Fußreflexzonen-Massage zugesprochen:
– Entspannung des vegetativen Nervensystems
– Auflösung energetischer Blockierungen
– Entschlackung, Entgiftung
– Verbesserung der Durchblutung
– Harmonisierung der Organtätigkeit
– Stärkung des Immunsystems
Im Basiskurs wird ein einfaches Behandlungsschema geübt, das mit wenigen, leicht erlernbaren Griffen praktizierbar ist und das vielen Beschwerden bei regelmäßiger Anwendung vorbeugt bzw. diese lindert.
Bitte lockere Kleidung, zwei Wolldecken, Schreibmaterial und einen Schnellhefter für Kursunterlagen mitbringen.

D85600 20,67 Ustd. 78,– €
1 Wochenende
Fr, 16.11.2012, 19:00 – 21:30 Uhr
Sa, 17.11.2012, 10:00 – 18:00 Uhr
So, 18.11.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Georg Huppert

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Klang

Klangmassage und Klangentspannung

Klangmassage – eine ganzheitliche Methode mit gesundheitsförderndem Wert. Der Klangmassage und Klangentspannung liegen Erkenntnisse zugrunde, die bereits vor 5.000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden (vedisches Heilprinzip). Klangschalen werden auf den bekleideten Körper aufgesetzt und sanft angeschlagen. Die dadurch entstehenden beruhigenden und entspannenden Schwingungen, die durch den Körper fließen, können helfen, die Anspannungen des Lebens loszulassen. Eine selten erreichte Ruhe und Ausgeglichenheit tritt ein, gibt Mut für Neues. Körperliche Beschwerden können in die Klangmassage mit einbezogen werden. Erlernen Sie einfache Prinzipien für die persönliche Anwendung der Klangmassage. Ausführliche Hintergrundinformationen geben Einblick in Wirkung und Vielfalt der Einsatzmöglichkeiten. Ein großer chinesischer Tam-Tam-Gong begleitet das Seminar. Sie werden über die Klangvielfalt des Instrumentes staunen.
Bitte bequeme Kleidung, Socken, kleines Kissen und Decke mitbringen.

D85680 8,67 Ustd. 40,– €
1 Tag, 1.12.2012
Sa, 10:00 – 17:30 Uhr
J. H. David Brenner

– Bitte beachten Sie die Trommelkurse auf Seite 42f.

Wie im Himmel

Obertonsingen

Nach Atem- und Dehnübungen experimentieren wir im Treppenhaus der vhs mit der eigenen Stimme. Vom abgrundtiefen Jammertal bis zum leichtesten Engelschor entfalten sich unsere Stimmen zu eindrucksvollen Klanggeflechten, aus denen Obertöne entstehen. Dazu ist keinerlei Gesangsvorbildung nötig. Obertöne öffnen, wie in der Gregorianik vor 1000 Jahren, eine völlig neue Dimension, die wir heute verloren gegangen glauben: das Sakrale in uns und in der Gemeinschaft der Stimmen.

D85780 2,67 Ustd. 10,– €
1 Nachmittag, 9.12.2012
So, 14:00 – 16:00 Uhr
Karl-Heinz Kollert

Stimme – Ausstrahlung – Ausdruck

D20860 45,– €
1 Tag, 10.11.2012
Sa, 10:00 – 16:00 Uhr
Susanne Schwarz
Nähere Informationen auf Seite 30.

Aus der Seele gespielt

Mit Musik geht alles leichter – ein »Wellness-Tag« anderer Art

Spielen – zarte Saiten anklingen lassen – getragen werden von Tönen – spüren, wenn Ihr Ton getroffen wird – Freude, diesem Ton zu antworten. Jeder kennt die Kunst der Improvisation im Alltag – staunen Sie, wie gut sich dies auch mit Ihnen unbekannten Instrumenten aus dem Stand verwirklichen lässt und erfahren Sie das beglückende Gefühl des gemeinsamen Musizierens, wenn Sie noch nie zuvor ein Instrument gespielt haben. Musikalische Vorkenntnisse werden in keiner Weise vorausgesetzt! Trommeln, Harfen, Gongs, Balafon, Psalter, Klangstäbe, Kalimba, Shanti, Tambura, Oceandrums und vieles mehr stehen Ihnen zur Verfügung. Neugier, Fröhlichkeit, Lebenslust, Ein-, Gleich- und Vielklang werden u. a. unsere Themen sein.
Die Dozentin ist Musiktherapeutin.
Bitte bringen Sie mit: bequeme Kleidung, eine Decke, evtl. Sitzkissen und ggf. alles, was Sie an Klingendem zuhause haben sowie Verpflegung und Getränke für den Tag.

D85695 8,00 Ustd. 38,– €
1 Tag, 25.11.2012
So, 10:00 – 17:00 Uhr
Linda Ludewig-Nold

Didgeridoo

Ein Bau-, Mal- und Spielseminar mit Entspannung

D22065 68,– €
1 Tag, 4.11.2012
So, 9:30 – 19:00 Uhr
Ulrich Soppa
Nähere Informationen auf Seite 38.

Sport und Bewegung

Kostenerstattung für Präventionskurse nach § 20 SGB V
Die Teilnahme an ausgewählten Präventionskursen in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Stressbewältigung/Entspannung und Suchtmittelkonsum kann unter bestimmten Voraussetzungen von Ihrer Krankenkasse gefördert werden. Ihre Krankenkasse entscheidet, ob der von Ihnen gewählte Kurs bezuschusst wird. Wenden Sie sich bitte vor Kursbeginn zur Klärung der Kostenübernahme an Ihre Krankenkasse.

Bitte beachten Sie:
Wenn bei Ihnen gesundheitliche Einschränkungen vorliegen, besprechen Sie bitte vor Kursbuchung mit Ihrem Arzt, ob eine Teilnahme für Sie geeignet ist. Sie können zusätzlich im Fachbereich anrufen (Telefon 06 11 – 9889140). Wir klären gerne kursspezifische Voraussetzungen mit Ihnen ab. Wenn Sie sich ein fortlaufendes Kursprogramm anschauen wollen, bevor Sie es buchen, rufen Sie bitte ebenfalls im Fachbereich an. Wir vereinbaren mit Ihnen – wenn möglich – eine Probestunde zu einem Kostenbeitrag von 5,– €.

Aqua-Kurse

Wellness-Oase
Genießen Sie einige Stunden im Badhaus mit Dampfbad, Finnischer Sauna, Erlebnis- und Abkühlduschen, Wärmebank und Fußbecken. Ein Pool mit 36° warmem Wiesbadener Quellwasser und ein großzügiger Ruheraum laden Sie zum Entspannen ein. Sie erleben zusätzlich je nach Vorliebe entweder die wohltuende Wirkung eines Algen- oder Aromaölbades. Außerdem lassen Sie sich wahlweise von einer Schwedischen Massage oder Aromaölmassage verwöhnen. Gönnen Sie sich dieses besondere Erlebnis!
*Im Preis enthalten ist die Nutzung des Badhauses während der gesamten Kurszeit sowie ein 30-minütiges Bad und eine 30-minütige Massage.
D85800 5,33 Ustd. 65,– €*
Das Badhaus im Radisson Blu Schwarzer Bock Hotel, Kranzplatz 12
1 Vormittag, 7.11.2012
Mi, 9:00 – 13:00 Uhr
Rudi Ludgen

D85805 5,33 Ustd. 65,– €*
Das Badhaus im Radisson Blu Schwarzer Bock Hotel, Kranzplatz 12
1 Nachmittag, 7.11.2012
Mi, 11:00 – 15:00 Uhr
Rudi Ludgen

Bewegungstraining im Wasser
Dieser Kurs wird Teilnehmer/innen mit Gelenkbeschwerden empfohlen. Hier werden Kondition und Koordination trainiert. Die Kraft- und Konditionsübungen schonen aufgrund des Wasserauftriebs die Gelenke, Sehnen und den Rücken und kräftigen die Muskulatur und das Herz-Kreislaufsystem. Der hohe Widerstand des Wassers macht die Übungen anstrengender.
Durch Entspannungsübungen werden die Regenerationskräfte angeregt.
D85810 20,00 Ustd. 86,– €*
Thermalbad Wiesbaden
15 Vormittage, ab 4.9.2012
Di, 10:30 – 11:30 Uhr
Anna Latosiewicz-Saturska
* Eintritt nicht in Kursgebühr enthalten. Bei Vorlage der TN-Karte im Thermalbad ermäßigter Eintritt in Höhe von 8,– €.

D85820 20,00 Ustd. 86,– €*
Das Badhaus im Radisson Blu Schwarzer Bock Hotel, Kranzplatz 12
15 Vormittage, ab 6.9.2012
Do, 10:00 – 11:00 Uhr
Anna Latosiewicz-Saturska
* Eintritt nicht in Kursgebühr enthalten. Bei Vorlage der TN-Karte im Badhaus ermäßigter Eintritt in Höhe von 5,– € für die Dauer der Kursstunde.

Aqua-Power
Ganzkörpertraining
Bewegungen im Wasser haben durch die besonderen Eigenschaften des Wassers einen speziellen Charakter. Dies hängt vorwiegend mit dem Auftrieb und dem höheren Wasserwiderstand zusammen. Im Wasser ist der Widerstand bis zu 15mal höher als außerhalb. Der große Vorteil der Bewegungen im Wasser besteht darin, dass einfache Übungen einen wertvollen Trainingseffekt haben.
Trainiert werden große und kleine Muskelpartien und das gesamte Herz-Kreislaufsystem – mit und ohne Geräte und mit verschiedenen Methoden wie z. B. Intervall-, Zirkeltraining … Zum Schluss folgt eine Stretchingphase.
* Eintritt nicht in Kursgebühr enthalten. Bei Vorlage der TN-Karte im Thermalbad ermäßigter Eintritt in Höhe von 8,00 €.
D85840 20,00 Ustd. 86,– €*
Thermalbad Wiesbaden
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:30 – 20:30 Uhr
Anna Latosiewicz-Saturska

D85850 20,00 Ustd. 86,– €*
Thermalbad Wiesbaden
15 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 20:30 – 21:30 Uhr
Anna Latosiewicz-Saturska

D85860 20,00 Ustd. 86,– €*
Thermalbad Wiesbaden
15 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:30 – 20:30 Uhr
Anna Latosiewicz-Saturska

D85870 20,00 Ustd. 86,– €*
Thermalbad Wiesbaden
15 Abende, ab 6.9.2012
Do, 20:30 – 21:30 Uhr
Anna Latosiewicz-Saturska

Walking und Jogging

Fast Walking und Slow Jogging
Eine sanfte Form des Ausdauertrainings für alle Altersgruppen. Wir werden aktiv zu Fuß unterwegs sein, bei Wind und Regen, Kälte und Hitze in der Natur. Außerdem umfasst das gelenkschonende Herz- und Kreislauftraining Pulsmessungen sowie Dehn- und Kräftigungsübungen. Das Training fördert Stoffwechsel und Fettstoffwechsel, unterstützt Stressabbau und die Durchblutung des Gehirns. Durch eine intensivere Atmung werden alle Organe besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und die Lungen gekräftigt.
Termine: 6.9., 13.9., 20.9., 27.9., 4.10., 25.10., 1.11., 15.11., 22.11., 29.11., 6.12., 13.12., 20.12.2012, 10.1., 17.1.2013
Treffpunkt: Waldparkplatz im Bahnholz, Endhaltestelle d. Buslinie 8B
Bitte mit witterungsgerechter, bequemer Kleidung und Sportschuhen kommen.
D85920 30,00 Ustd. 68,– €
Waldparkplatz im Bahnholz
15 Vormittage, ab 6.9.2012
Do, 8:15 – 9:45 Uhr
Marianne Meier

Laufcoaching
für AnfängerInnen und LäuferInnen, die an einem Wettkampf teilnehmen wollen
Sie wollen etwas für Ihre Fitness und Kondition tun, an Volksläufen teilnehmen, eine neue Bestzeit erreichen oder irgendwann auch einen Marathon erfolgreich bewältigen? Dann bietet dieser Kurs genau das Richtige.
In 7 Trainingseinheiten und einem Abschlusswettkampf über 5 km werden die wesentlichen Elemente eines erfolgreichen und gesunden Lauftrainings vermittelt. Auf der Basis eines Leistungstests erhält jede/r Teilnehmer/in individuelle Trainingsempfehlungen zur Verwirklichung der persönlichen Ziele. Das Programm beinhaltet u. a. verschiedene Lauftrainingsformen (Dauerlauf, Fahrtspiel und Intervallprogramme), Laufstilanalyse und Koordinationsübungen, Ausgleichsgymnastik und Ernährungstipps.
Für die Kursdauer steht den Teilnehmern darüber hinaus ein umfangreiches Trainingsangebot offen. Die Kursorte wechseln in Abhängigkeit vom Inhalt des jeweiligen Kursabends. Sie sind alle mit dem Stadtbus erreichbar. Das Lauftraining im Gelände findet wegen des Tageslichts am Samstag, 29.9.2012, nachmittags um 16:00 Uhr statt.
Der Abschlusswettkampf findet voraussichtlich am Samstag, 17.11.2012, nachmittags im Rahmen des Lindenseelaufs in Rüsselsheim statt.
In Kooperation mit dem LC Olympia Wiesbaden e. V.
Am ersten Kurstag findet eine Einführung in der vhs statt – noch keine Sportkleidung erforderlich.
D85940 16,00 Ustd. 55,– €
8 Termine, ab 17.9.2012
(auch in den Herbstferien)
Mo, 19:00 – 20:30 Uhr
Matthias Wieder

Die gesetzlichen Krankenkassen fördern unter bestimmten Voraussetzungen Kurse aus den Bereichen Ernährung, Entspannung, Stressreduktion, Bewegung und Suchtmittelkonsum. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse nach den geltenden Regelungen für einzelne Kurse.

Nordic Walking

Diese sanfte Ausdauersportart ist gleichzeitig ein effektives Ganz-Körper-Training. Der Einsatz der Stöcke kräftigt Arm-, Rücken-, Brust- und Schultermuskulatur. Je besser die angewandte Technik, desto stärker die positiven Effekte. Mittelpunkt des Kurses ist die ALFA-Technik. Außerdem gibt es Informationen zu Stöcken, Schuhen, Bekleidung, Pulskontrolle, Ernährung etc.
Wie auch bei anderen Angeboten aus dem Gesundheitsbereich wird vorab ein Gesundheitscheck beim Arzt und die Festlegung Ihrer momentanen Belastungsgrenzen empfohlen.
* Die Kursgebühr beinhaltet € 15,– Leihgebühr für die Stöcke. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Ihre Körperlänge an, damit die für Sie richtige Stocklänge reserviert werden kann! Bei einem geplanten Kauf wird empfohlen, bis nach Kursbeginn zu warten.
Besitzen Sie Nordic Walking Stöcke, bitte angeben, damit die Kursgebühr entsprechend reduziert wird.
Treffpunkt: Vor dem Biebricher Schloss (Rheinseite)
Bitte Sportschuhe (z. B. Joggingschuhe) und witterungsgerechte Kleidung tragen.

D85950 16,00 Ustd. 65,– €
Vor dem Biebricher Schloss (Rheinseite)
8 Abende, ab 29.8.2012
(auch in den Herbstferien)
Mi, 17:30 – 19:00 Uhr
Petra Aptoula

Gymnastik und Fitness

Ausgleichssport

Bewegungstraining zur Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit und zum Ausgleich von Bewegungsmangel, Gymnastik mit und ohne Gerät, Circuit-Training, dazu verschiedene Hallenspiele wie Basketball, Volleyball, Mini-Hockey u. a.

D86000 30,33 Ustd. 73,– €
Sporthalle Gymnasium am Mosbacher Berg
13 Abende, ab 4.9.2012
Di, 20:00 – 21:45 Uhr
Klaus Lindemann

Sport für Herren

Dieser Kurs beinhaltet funktionelle Gymnastik, Fitnesstraining und allgemeine Kraftschulung mit und ohne Gerät (z. B. Thera-Band, Medizinball, Gymnastikseil oder Kasten) zur Verbesserung der allgemeinen Fitness unter besonderer Berücksichtigung der Kräftigung der Rumpfmuskulatur. Sportspiele stehen ebenfalls auf dem Programm.

D86020 26,00 Ustd. 64,– €
Sporthalle Gymnasium am Mosbacher Berg
13 Abende, ab 7.9.2012
Fr, 18:15 – 19:45 Uhr
David Debus

50plus – Die Älteren kommen

Ein gesundheitsförderndes Bewegungsangebot zur Wiedergewinnung natürlicher Körperhaltung und Bewegungsdynamik für
– Sportliche Anfänger/innen
– Sportliche Wiedereinsteiger/innen
– Geübte Sportler/innen und
– Lebenszeitsportler/innen
die Spaß an einem Ganzkörper-Trainingsprogramm haben und einen besonderen Schwerpunkt auf die Zielsetzung »Gesundheitstraining« legen.
Das abwechslungsreiche Übungsprogramm beinhaltet:
– Funktionsgymnastik mit dem Schwerpunkt Wirbelsäulengymnastik
– Muskelkrafttraining (aktiv kontra Osteoporose)
– Koordination
– Geistige Fitness
– Haltungsschulung und Entspannung
Termine: 12.9., 19.9., 24.10., 31.10., 14.11., 21.11., 28.11., 5.12., 12.12., 19.12.2012, 9.1., 16.1.2013

D86050 24,00 Ustd. 57,– €
12 Vormittage, ab 12.9.2012
Mi, 9:00 – 10:30 Uhr
Marianne Meier

Fit im Alter

Entspannende Körperübungen für alle Senioren, die Freude an der Bewegung haben. Durch behutsame und sanfte Gymnastikübungen wird die Beweglichkeit erhalten und verbessert und der Alterungsprozess verzögert.
Termine: 12.9., 19.9., 24.10., 31.10., 14.11., 21.11., 28.11., 5.12., 12.12., 19.12.2012, 9.1., 16.1.2013
Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

D86060 24,00 Ustd. 57,– €
12 Vormittage, ab 12.9.2012
Mi, 10:30 – 12:00 Uhr
Marianne Meier

Fit in den Herbst

Ganzheitliches Gymnastikprogramm mit Elementen aus Tanz, präventiver Rückenschule, Muskelkräftigung und Entspannung.
Mit schwungvoller Musik aktivieren wir das Herz-Kreislauf-System, schulen und kräftigen gezielt die Gesamtkörpermuskulatur, unterstützt durch Hanteln oder Rubberbänder. Durch Isolationsübungen fördern wir die Beweglichkeit und lösen Verspannungen. Mit leichter Dehnung und wohltuender Entspannung lassen wir die Stunde ausklingen.
Bitte Isomatte und Handtuch mitbringen.

Gruppe 50plus

D86090 21,67 Ustd. 57,– €
Adalbert-Stifter-Schule
13 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 17:15 – 18:30 Uhr
Tatjana Battiste

Gruppe 30plus

D86100 21,67 Ustd. 57,– €
Adalbert-Stifter-Schule
13 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:35 – 19:50 Uhr
Tatjana Battiste

Fit mit Gymnastikband und -ball

Das Thera-Band und der Pezzi-Ball sind traditionelle Geräte aus der Therapie. Sie bieten hervorragende Möglichkeiten, ein sanftes Muskelaufbauprogramm durchzuführen. Im Vordergrund dieses Kurses steht ein kräftigendes und beweglich machendes Ganzkörpertraining, in das immer ein schonendes Rückentraining integriert ist. Eine kurze Aufwärmphase und ein abschließendes »Cool-down« zum Entspannen runden die Stunde ab. Mitmachen kann jeder, der etwas für sich und seine Muskulatur tun möchte. Die Dozentin ist Gymnastiklehrerin und Heilpraktikerin.

D86120 16,00 Ustd. 50,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 16:50 – 17:50 Uhr
Elke Bauer

Fit in den Tag

Wir beginnen mit einem intensiven Warm-up: Verschiedene Schritte aus dem Aerobic aktivieren den Kreislauf auf Gelenk schonende Weise und fördern Ausdauer und Koordination. Kräftigungsübungen – insbesondere für Bauch und Rücken – entlasten unsere Wirbelsäule und beugen möglichen Schäden vor. Dehnübungen helfen Verspannungen zu lösen und die Beweglichkeit zu verbessern.
Die Dozentin ist Gymnastiklehrerin und Heilpraktikerin.

D86140 17,33 Ustd. 54,– €
13 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 10:00 – 11:00 Uhr
Elke Bauer

Die Wirbelsäule trainieren – den Rücken stärken

Mit funktioneller Rückengymnastik, Muskelaufbautraining, Wahrnehmungsübungen und wohltuender Entspannung wird der Rücken gestärkt und ein Ausgleich für den Rücken strapazierenden Alltag geschaffen. Haltungsschulung, praxisnahe Tipps und Informationen über rückenfreundliches Verhalten geben Anregungen sich gesünder und rückengerechter zu bewegen. Diese Angebote ersetzen keine krankengymnastische Behandlung – bei akuten Beschwerden wird eine Rücksprache mit dem Arzt empfohlen.
Bitte bequeme Kleidung, feste Schuhe (Sportschuhe), Handtuch oder Decke mitbringen.

D86160 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 4.9.2012
(nicht am 2.10., dafür am 16.10.!)
Di, 16:50 – 17:50 Uhr
Petra Aptoula

D86170 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 4.9.2012
(nicht am 2.10., dafür am 16.10.!)
Di, 17:50 – 18:50 Uhr
Petra Aptoula

D86180 16,00 Ustd. 50,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 17:55 – 18:55 Uhr
Elke Bauer

Gesundheit und Natur
Sport und Bewegung

Bodystyling
Bodystyling – auch Bodyshaping genannt – dient dem gezielten Muskelaufbau bzw. -erhalt. Durch spezielle Übungen wird die Muskelmasse so aufgebaut und geformt, dass der Körper eine attraktive, straffe Form erhält. Beim Bodystyling wird nicht die Maximalkraft trainiert; die Muskeln sollen nur leicht gekräftigt und erhalten werden. In die Übungen werden neben Bauch, Beinen und Po auch Arme, Nacken und Rücken einbezogen, sodass in jeder Stunde der gesamte Körper trainiert wird. Der Unterricht beinhaltet ein Warm-Up, Muskeltraining und Stretching.
Bitte Handtuch, bequeme Kleidung und Getränk mitbringen.

D86210 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 4.9.2012
Di, 17:00 – 18:00 Uhr
Tatjana Battiste

D86220 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:00 – 19:00 Uhr
Tatjana Battiste

D86230 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 6.9.2012
Do, 18:00 – 19:00 Uhr
Magdalena Landgraf

D86240 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:00 Uhr
Magdalena Landgraf

Callanetics
Callanetics ist eine Methode für einen schönen, straffen und gesunden Körper. Die Callanetics-Übungen bestehen aus einer Folge exakt aufeinander abgestimmter Bewegungen, die Spaß machen und den Rücken schonen. Mit Callanetics trainieren Sie Ihre Tiefenmuskulatur durch sanfte Millimeter bis Zentimeter große, beharrlich wiederholte Bewegungsabläufe ohne Verletzungsgefahr. Straffer Bauch, schlanke Beine, knackiger Po sowie eine insgesamt bessere Haltung sind dank Callanetics kein Wunschtraum mehr.

Ferienkurse

D86310 8,00 Ustd. 31,– €
6 Abende, ab 3.7.2012
Di, 18:00 – 19:00 Uhr
Erika Nouraie

D86320 8,00 Ustd. 31,– €
6 Abende, ab 3.7.2012
Di, 19:00 – 20:00 Uhr
Erika Nouraie

Abendkurse

D86280 17,33 Ustd. 61,– €
13 Abende, ab 4.9.2012
Di, 17:30 – 18:30 Uhr
Erika Nouraie

D86290 17,33 Ustd. 61,– €
13 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 19:30 Uhr
Erika Nouraie

D86300 17,33 Ustd. 61,– €
13 Abende, ab 4.9.2012
Di, 19:30 – 20:30 Uhr
Erika Nouraie

Pilates Grundkurs
Dieses moderne Körpertraining kräftigt die Muskeln auf sanfte, aber effektive Weise. Kontrollierte und präzise ausgeführte Bewegungen aus einer starken Mitte heraus helfen dabei, die Wirbelsäule aufzurichten und zu stabilisieren. Körperwahrnehmung und Koordination werden geschult, die Atmung intensiviert.
In diesem Kurs werden die Teilnehmer/innen mit den Grundbegriffen des Pilates-Trainings vertraut gemacht.
Bitte ein Handtuch und Socken mitbringen.

D86360 16,00 Ustd. 54,– €
West-Side-Studio,
Herrngartenstraße 12
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 17:15 – 18:15 Uhr
Martina Belzer

D86370 16,00 Ustd. 54,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:00 Uhr
Valerie Hoppermann

D86380 16,00 Ustd. 54,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:00 – 20:00 Uhr
Valerie Hoppermann

Die Lehrkräfte der vhs sind Experten ihres jeweiligen Fachgebietes. Sie verfügen über entsprechende Aus- und Weiterbildungen und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil. Auskunft über die Qualifikation einzelner Kursleiter/innen erhalten Sie auf Anfrage im zuständigen Fachbereich.

Bodyworkout
Für alle, die Lust auf Bewegung haben und ein intensives Ganzkörpertraining haben möchten.
Der Kurs beginnt mit einem motivierenden Konditionstraining. Hier werden Schrittfolgen aus dem Aerobicbereich verwendet. Im Anschluss daran folgen Kräftigungs- und Stabilisationsübungen mit Schwerpunkt auf Bauch, Beine, Po und Rücken. Am Ende der Stunde folgen Dehnungsübungen sowie ein erholsames Entspannungsprogramm.
Bitte bringen Sie Sportkleidung, Fitnessschuhe (keine Straßenschuhe), ein Handtuch sowie etwas zu trinken mit.

D86440 16,00 Ustd. 57,– €
West-Side-Studio,
Herrngartenstraße 12
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:15 – 19:15 Uhr
Martina Belzer

Body Drilling
In diesem neuen Bewegungsangebot werden Elemente und Bewegungsstrukturen aus verschiedenen Kampfkünsten/Sportarten gelernt, kombiniert, mit Musik in einem logisch aufgebauten Trainingsprogramm zusammengeführt und gedrillt – gut für Ausdauer, Kraft, Flexibilität, Koordination und Stressabbau. Das Ergebnis ist ein effektives Ganzkörpertraining, ein gesundes Herz-Kreislauf-Training und ein intensives Konzentrationstraining.
Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

D86490 16,00 Ustd. 60,– €
Wu-Te Akademie, Bahnhofstraße 35
12 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:30 – 19:30 Uhr
Mukatder Gül

Fatburner-Aerobic
Dieses Herz-Kreislauf-Training wird mit leichten Schrittkombinationen, die im Kurs aufgebaut werden, zu motivierender Musik durchgeführt. Es ist ideal zur Verbesserung des Fettstoffwechsels. Der Unterricht beinhaltet ein Warm-up, einen Cardio-Teil, ein Cool-Down und Stretching.

D86530 18,67 Ustd. 59,– €
14 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:00 – 20:00 Uhr
Magdalena Landgraf

Sweat & Style
Das ideale Training für alle, die ihre Ausdauer trainieren und ihre Muskulatur kräftigen wollen. Nach einer intensiven Aerobic-Phase, bestehend aus einfachen Aerobic-Elementen, widmen wir uns der Kräftigung der Gesamtkörpermuskulatur. Wir schulen neben der Kondition auch die Koordination. Durch Schritt- und Armkombinationen beziehen wir schon während des aeroben Teils die Gesamtkörpermuskulatur mit ein, die wir im Anschluss konzentriert kräftigen und am Ende ausgiebig dehnen.

Sommerspecial

C86560 10,00 Ustd. 33,– €
6 Abende, ab 21.6.2012
Do, 18:00 – 19:15 Uhr
Tatjana Battiste

Bollyrobic
Bollyrobic ist ein dynamisch-kraftvolles Aerobictraining, das Elemente des sinnlichen Bollywood-Dance miteinander verbindet. Diese vielseitige Fitnessgymnastik erfordert keine tänzerischen Vorerfahrungen, aber Rhythmusgefühl und Aerobicgrundkenntnisse. Das Training führt in aufeinander abgestimmten Sequenzen und einfachen choreographischen Einheiten Schritt für Schritt in die neue Art ein, sich auf unterhaltsame und leichte Weise fit zu halten.
Die Dozentin ist Deutsche Meisterin im Musical und Showdance.
Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Ferienkurs

D86600 5,33 Ustd. 25,– €
4 Abende, ab 6.8.2012
Mo, 18:00 – 19:00 Uhr
Elzbieta Rasch

Abendkurs

D86580 17,33 Ustd. 59,– €
13 Abende, ab 3.9.2012
Mo, 19:45 – 20:45 Uhr
Elzbieta Rasch

Salsa-Aerobic

Fitness-Training einmal anders erleben. Salsa-Aerobic würzt das normale Aerobic mit Tanzschritten wie Chassee und Mambo und verstärkt so die positiven Effekte für Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Vor allem Hüfte und Becken werden beim Salsa-Aerobic locker und flexibel. Wenn für Dich Eleganz und Geschmeidigkeit des Sich-Bewegens beim klassischen Aerobic zu kurz kommt, bist Du bei der Mischung aus Salsa und Aerobic genau richtig. Spaß und Fitness mit karibischer Stimmung sind garantiert!
Bitte Hallensportschuhe und bequeme Kleidung mitbringen.
D86620 20,00 Ustd. 63,– €
12 Abende, ab 28.8.2012
(nicht am 13.11.2012)
Di, 19:00 – 20:15 Uhr
Eduardo Laino

Capoeira-Gym

Es erwartet Sie ein einzigartiger Mix aus langsamen Tanzbewegungen und intensiver Gymnastik. Brasilianische Klänge, die zu einfachen Capoeira-Angola-Bewegungen und Sambaschritten einladen, fördern Rhythmik, Koordination und Fitness. In der zweiten Hälfte des Kurses kräftigen Sie auf der Matte die Rücken- und tiefe Bauchmuskulatur und dehnen Ihren Körper sanft. Die Dozentin ist Sportlehrerin.
Bitte bringen Sie feste (Sport-)Schuhe, leichte Kleidung und etwas zu trinken mit.
D86640 16,00 Ustd. 58,– €
12 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:00 Uhr
Fani Samia Grimm

Zumba®

Die Tanz-Fitness-Sensation aus den USA
Zumba® ist ein vom Latino-Lebensgefühl inspiriertes Tanz- und Fitness-Programm mit südamerikanischer und internationaler Musik und Tanzstilen. Aus dieser Kombination entsteht ein dynamisches, begeisterndes, effektives Tanzfitnessworkout. Werden Sie fit mit Schritten aus Salsa, Merengue, Tango, Cha Cha und Cumbia. Sie brauchen keine Tanzerfahrung und keine/n Partner/in.

Vormittagskurs
D86660 13,33 Ustd. 66,– €
10 Vormittage, ab 11.9.2012
Di, 11:00 – 12:00 Uhr
Natalie Nikolska

Abendkurse
D86650 13,33 Ustd. 66,– €
10 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 20:00 – 21:00 Uhr
N. N.

D86670 13,33 Ustd. 66,– €
10 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 18:00 – 19:00 Uhr
Dorothée Michalik

D86680 13,33 Ustd. 66,– €
10 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 19:00 – 20:00 Uhr
Dorothée Michalik

Sport Spezial

Tennis

Tennis-Angebote in Zusammenarbeit mit dem VITIS-Tenniszentrum in Nordenstadt
Träumen Sie davon, einmal wie die Profis der Filzkugel hinterher zu jagen? Jetzt können Sie Ihre Wünsche realisieren!
Starten Sie Ihren Tennis-Newcomer-Kurs. Unter fachkundiger Anleitung bekommen Sie eine erste Einführung in die Welt des Tennis. In dem zehnstündigen Kurs werden Ihnen die Grundschläge Vorhand, Rückhand und Aufschlag – methodisch gut aufgearbeitet – vermittelt. Natürlich werden Sie auch mit allen wichtigen Tennisregeln vertraut gemacht. Nutzen Sie nach dem Aktivsein noch die Entspannungsmöglichkeiten in der wunderschönen Freizeitanlage in Wiesbaden-Nordenstadt. Sauna und Schwimmbad sind im Preis inbegriffen.
Keine Ermäßigung möglich!
Tennisschläger und -bälle können von VITIS zur Verfügung gestellt werden.

Anfänger
D86700 13,33 Ustd. 149,– €
VITIS-Tennis-Center
10 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 21:00 – 22:00 Uhr

Fortgeschrittene
D86710 13,33 Ustd. 175,– €
VITIS-Tennis-Center
10 Abende, ab 11.9.2012
Di, 21:00 – 22:00 Uhr

Tennis-Feriencamps (5 – 14 Jahre)
im VITIS-Tennis-Center, Nordenstadt
5 Tage 158,– €
Mo – Fr, 10:00 – 15:00 Uhr

Sommerferiencamp I
D989416 2.7. – 6.7.2012

Sommerferiencamp II
D989417 23.7. – 27.7.2012

Sommerferiencamp III
D989418 6.8. – 10.8.2012

Herbstferiencamp
D989419 15.10. – 19.10.2012

Weihnachtsferiencamp
E989420 7.1. – 11.1.2013
Nähere Informationen zu den Tennis-Feriencamps auf Seite 165.

Laufen mit Sprungstelzen

Diese anspruchsvolle Sportart aktiviert 98 % der Muskeln, die ein Mensch besitzt, und schont gleichzeitig Wirbelsäule und Gelenke. Sie ist auch für Läufer/innen geeignet. Das normale Joggen belastet die Wirbelsäule und die Knie um ein Mehrfaches des Körpergewichts. Das Joggen mit Sprungstelzen entlastet den Körper durch die Federtechnik enorm. In diesem Kurs für Erwachsene (Mindestalter: 18 Jahre) geht es beim Einsatz der Sprungstelzen nicht um spektakuläre Übungen, sondern um ein optimales Muskeltraining.
Treffpunkt: Mauritiusplatz. Nach einer Einführung beim 30 Min. längeren ersten Termin bewegen Sie sich in einer kleinen Gruppe durch die Innenstadt. Vor dem Training sollten Schmuck und andere Gegenstände abgelegt oder gegen Runterfallen gesichert werden.
Bitte sportliche Kleidung, stabile Turnschuhe und – wenn vorhanden – Protektoren für Knie, Ellenbogen und Hände mitbringen. Gestellt werden die Sprungstelzen und bei Bedarf Protektoren.
D86740 8,67 Ustd. 52,– €
Treffpunkt: Mauritiusplatz
6 Abende, ab 6.9.2012
Do, 18:30 – 19:30 Uhr
Lucien Peter

Klettern

Wenn Sie Spaß an der Bewegung in der Natur haben, erfüllen Sie die wichtigste Voraussetzung für dieses Kletterwochenende im Morgenbachtal (Trechtingshausen bei Bingen).
Kursinhalte sind: Ausrüstungskunde, Sicherungstheorie und Knotenkunde, Bewegungsschulung, Sicherungstechniken, Klettern bis Schwierigkeitsgrad 5 im Klettergarten, Abseilen, umweltverträgliches Verhalten in Felsbiotopen und vor allem Spaß am Klettern bei maximaler Sicherheit. Der Dozent ist Kursleiter des DAV Sektion Wiesbaden.
Der Kurs beginnt am ersten Tag in der vhs Wiesbaden, danach fährt die Gruppe ins Morgenbachtal (Fahrgemeinschaften möglich).
Bitte bringen Sie sportliche Kleidung, Schuhe, die fest am Fuß sitzen (Kletter-, Wander-, Turnschuhe), Essen, etwas zum Trinken (Wasser), Regen-/ Sonnenschutz mit!
Keine Ermäßigung möglich!
C86770 16,00 Ustd. 70,– €
1 Wochenende
Sa, 23.6.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
So, 24.6.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Franz Martin Mühle

»Schlagkräftige Argumente« durch Stockkampf

Ein Alltag in festgefahrenen Mustern und starren Institutionen führt häufig zu Resignation und zum Burn-Out-Syndrom. An diesem Wochenende lernen wir neu unsere eigene kämpferische und selbstbewusste Seite kennen. Wir konzentrieren uns auf unsere eigenen Stärken und Fähigkeiten und entdecken sie als Ressource.
StockKampfKunst bezeichnet eine dynamische Verbindung aus Rhythmus, Tanz, Kampf und Spiel. Als Grundlage dient die philippinische Kampfkunst Escrima. Wir erfahren unterschiedliche kraftvolle und spielerische Seiten in uns.
Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Gebühr inkl. Leihgebühr für Stöcke

D86790 10,00 Ustd. 47,– €
1 Wochenende
Fr, 5.10.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Lucia Rutschmann

Bogenbauseminar

Wochenendworkshop

D22064 79,– €
1 Wochenende
Sa, 6.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr
So, 7.10.2012, 9:00 – 18:00 Uhr
Michel Bombardier
Nähere Informationen auf Seite 38.

Bogenschießen

für Frauen

An einem Wochenende erhalten Sie Einblick in den faszinierenden Umgang und Bewegungsablauf mit Pfeil und Bogen. Sie sammeln Erfahrungen mit Ihrer Konzentrationsfähigkeit, eigenen Kraft, klaren Ausrichtung, mit Ihrem Gespannt-Sein und dem richtigen Augenblick des Lösens des Pfeils.
Das Ausüben dieser Sportart, wie sie hier bei uns praktiziert wird, werden wir verbinden mit Lockerungs- und Atemübungen sowie einigen Inhalten aus dem Survival-Training. Am Freitagabend erfolgt eine theoretische Einführung in der vhs Wiesbaden (Europa-Viertel). Das Bogenschießen findet samstags im Rheingau statt.
Leihgebühr für Bogen und Ausrüstung (12,– €) ist in der Kursgebühr enthalten. Für Ihr körperliches Wohl sorgen Sie samstags in einer ca. halbstündigen Mittagspause selbst.

D86810 11,33 Ustd. 59,– €
1 Wochenende
Fr, 28.9.2012, 19:30 – 21:30 Uhr
Sa, 29.9.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Cordelia Rüb

Faszination »Intuitives Bogenschießen«

Viele Entscheidungen im Leben werden intuitiv aus dem »Bauch« heraus gefällt. Meist sind es diese Bauchentscheidungen«, die sich als richtig erweisen … Beim intuitiven Bogenschießen spielen Treffer eine untergeordnete Rolle, vielmehr liegt der Schwerpunkt auf der geistigen Übung. Durch die konzentrierte An- und Entspannung sowie das unmittelbare Zusammenspiel von Geist und Körper können beim intuitiven Bogenschießen Blockaden gelöst, Stress abgebaut und geistige Zielausrichtung erreicht werden. Alles zusammen schafft die Grundlage für innere Ausgeglichenheit und Ruhe. Gleichzeitig wird die Muskulatur – speziell im oberen Rückenbereich – gekräftigt und aufgebaut. Das intuitive Bogenschießen ist ein idealer Ausgleich zu unserem oft ruhelosen Alltag und hilft, neue Gedanken zu finden, Kraft und Energie zu schöpfen. Samstags beginnt der Kurs in den Räumlichkeiten der vhs. Sie lernen die Theorie, Hintergründe und Ausrüstung kennen und machen erste Erfahrungen mit Lockerungs- und Atemübungen. Sonntags treffen wir uns auf dem Trainingsplatz der Bogenschule Rhein-Main in Wiesbaden-Biebrich zum praktischen Teil des Kurses. Hochwertige Bogen, Pfeile, Köcher und Zielscheiben werden gestellt. Zur Mittagszeit verpflegen Sie sich selbst oder nutzen das günstige Angebot einer nahe liegenden Gaststätte. Der Trainingsplatz ist auch nach Abschluss des Kurses für jeden Teilnehmer nutzbar.
Bitte bringen Sie festes Schuhwerk, bequeme, eng anliegende Kleidung und ausreichende Getränke mit. Leihgebühr für Bogen und Ausrüstung ist in der Kursgebühr enthalten.

D86830 12,00 Ustd. 55,– €
1 Wochenende
Sa, 22.9.2012, 13:30 – 18:00 Uhr
So, 23.9.2012, 10:00 – 16:00 Uhr
Gernot Franz

Sportschießen

Eine laute Form der Meditation

Sportschießen hat eine lange Tradition in Europa. Seit dem 11. Jahrhundert gibt es Schützengilden, die den sicheren und verantwortungsvollen Umgang mit Sportwaffen trainieren. Der sichere und verantwortungsvolle Umgang mit Sportwaffen hat auch für die Deutschen Schützenbund Lizenztrainer des Polizei-Sportvereins Grün-Weiß Wiesbaden e.V. und der Interessengemeinschaft Wiesbadener Schützen e.V. oberste Priorität.
In diesem Anfängerkurs erlernen Sie in Theorie und Praxis Schritt für Schritt die Grundbausteine des sportlichen Schießens und setzen die erlernten Prinzipien an Luftpistole, Kleinkaliberpistole und Großkaliberpistole um. Der Kurs richtet sich an weibliche und männliche Schießsportinteressierte ab dem 16. Lebensjahr (Großkaliberpistole ab dem 18. Lebensjahr). Der Unterricht wird mit einer Kursstärke von maximal 8 Personen und ausschließlich Indoor durchgeführt. Bei erfolgreicher Teilnahme wird eine Urkunde ausgestellt.
In Kooperation mit dem PSV Grün-Weiß Wiesbaden e.V. und der Interessengemeinschaft Wiesbadener Schützen e. V.
Keine Ermäßigung möglich.
Die Munition für Luftpistole ist im Kurspreis enthalten. Kleinkalibermunition (3,– €/50 Schuss) und ggf. Großkalibermunition (12,– €/50 Schuss) werden von den Teilnehmer/innen zusätzlich nach Verbrauch gezahlt.

D86860 26,67 Ustd. 90,– €
Interessengem. Wiesbadener Schützen, IWS-Halle, Brunhildenstraße 55
10 Abende, ab 10.9.2012
Mo, 18:30 – 20:30 Uhr
Jochen Meyer

Selbstverteidigung und Kampfsport

Aikido

Kunst des Kampfes ohne zu kämpfen

Der Ursprung des Aikido liegt in den traditionellen japanischen Kampfkünsten. Der Gründer des Aikido, Meister Morihei Ueshiba, begründete das Aikido zu Anfang des 19. Jahrhunderts in Japan.
Die Aikido Praxis findet in einer wettkampffreien Atmosphäre statt. Das Element des Kampfes wird genutzt, um die gegensätzlichen Kräfte zu vereinen. Prinzip des Aikido ist es mit dem gegnerischen Angriff zu verschmelzen, ihn umzulenken und ihn auf den Angreifer selbst zurück zu wenden. Dadurch wendet sich der Angriff letztlich gegen den Angreifer selbst. Dies geschieht meist mit weichen kreis- und spiralförmigen Bewegungen.
In diesem Seminar erfahren Sie die inneren und äußeren Prinzipien und Basis-Bewegungsabläufe des Aikido. Sie werden lernen, wie Sie gegnerischen Angriffen im Sinne von Aikido begegnen können und üben leicht erlernbare Rollen am Boden.
Der Kursleiter ist Aikidolehrer, autorisierter Zenlehrer und zertifizierter Kung Fu Lehrer.
Bitte Sportkleidung mit langer Hose mitbringen.

D86930 10,67 Ustd. 40,– €
Fudochi Dojo, Waldstraße 95
8 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:00 – 20:00 Uhr
Rolf Schoffers

Selbstverteidigung

für Jugendliche (ab 13 Jahre)

D98360 5,33 Ustd. 22,– €
Fudochi Dojo, Waldstraße 95
4 Nachmittage, ab 31.10.2012
Mi, 16:00 – 17:00 Uhr
Rolf Schoffers
Nähere Informationen auf Seite 165.

Junge Infos

Advanced Defence

Einfach, Direkt, Kompromisslos

Advanced Defence ist das Ergebnis einer Entwicklung aus über 50 Jahren Erfahrung im Kampfkunst- und Kampfsportbereich. Es ist ein reines Selbstverteidigungskonzept, welches an das Wing Tjuen System angelehnt ist und durch andere Konzepte angereichert wurde.
Wer auf der Suche nach einer einfachen, schnell erlernbaren, aber auch effektiv anwendbaren Selbstverteidigung ist, sollte diesen Kurs besuchen.
Nicht das Vermitteln von komplexen Techniken ist hier Schwerpunkt, sondern die Einfachheit und Direktheit der vorgetragenen Handlung. Hier wird sich nicht wie in der Kampfkunst üblich mit Formen und Philosophien auseinandergesetzt, sondern es geht um die logische Anwendbarkeit.
Themeninhalt des Kurses ist die Vermittlung des ersten Advanced Defence Programms, die nicht nur Lösungen der einfach zu erlernenden Techniken, sondern auch einen psychologischen Einblick in die Materie ermöglicht.
(Sportliche) Vorkenntnisse sind nicht nötig. Dieser Kurs ist für alle Altersstufen sowohl für Frauen als auch Männer geeignet.
Bitte Sportbekleidung und Hallenturnschuhe mitbringen.

D86940 10,67 Ustd. 40,– €
Alfred-Delp-Haus,
Tannhäuser Straße 44
8 Abende, ab 4.9.2012
(auch in den Herbstferien)
Di, 18:45 – 19:45 Uhr
Tobias Beck

»Mach mich nicht an!«

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen (WENDO)

Frauen erleben immer wieder Situationen, in denen sie gegen ihren Willen verbal und/oder körperlich angemacht und belästigt werden … im Büro, auf der Straße, in der Kneipe, bei Festen etc.
In diesem Kurs können Frauen lernen, auf solche Übergriffe zu reagieren und sich entsprechend zu wehren. Neben Informationen und Gesprächen über verschiedene Formen der alltäglichen Gewalt gegen Frauen bietet der Kurs sowohl Verhaltenstraining (Rollenspiel-Übungen, Selbstbehauptungstraining an exemplarischen Situationen, psychische Vorbereitung) als auch Körpertraining (Techniken der Selbstverteidigung WENDO) an.
Ziel des Kurses ist es, das Vertrauen in die eigenen Kräfte sowie den Willen und die Fähigkeit, sich effektiv zu wehren, zu entwickeln bzw. zu stärken, um sich auch als Frau angstfrei und selbstsicher bewegen zu können. Dieses Seminar ist für alle Frauen geeignet, ob jung oder alt, sportlich oder nicht, mit oder ohne Einschränkungen, für jede wird nach individuellen Möglichkeiten geschaut.
Die Dozentin ist Dipl.-Sozialpädagogin, Coach sowie Wendo-Trainerin und -Ausbilderin.
In Kooperation mit dem Kinder- und Jugendzentrum Georg-Buch-Haus, Koordinationsstelle: Echt & Stark
Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Turnschuhe oder Gymnastikschläppchen, eine Decke sowie Getränke und Verpflegung für die Pausen (Pausenzeiten nach Vereinbarung).

D86950 12,00 Ustd. 65,– €
1 Wochenende
Fr, 12.10.2012, 18:00 – 21:00 Uhr
Sa, 13.10.2012, 10:00 – 17:00 Uhr
Anke Thomasky

Selbstverteidigung Ü50

In diesem Kurs werden ältere Menschen fit gegen Übergriffe von Fremden gemacht. Unter dem Motto »Selbstbehauptung ist der Beginn der Selbstverteidigung« soll Mut gemacht werden, sich ohne Angst in der Öffentlichkeit zu bewegen.
Selbstverteidigung ist eine Frage der Einstellung. Selbstbewusste Menschen können in der Lage sein, die Opferrolle bewusst zu verlassen und verbal klare Grenzen zu setzen. Sollte das nicht reichen, werden einfache, aber effektive Techniken benötigt, um sich körperlich zur Wehr zu setzen und die Situation »schlagartig« zu bereinigen. Die Teilnehmer/innen lernen Alltagsgegenstände (Stöcke, Schlüsselbund, Tasche) für den Selbstschutz zu benutzen.
Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

D86970 8,00 Ustd. 39,– €
1 Tag, 3.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Mukatder Gül

Tanz

Klassisches Ballett

In diesem Kurs geht es darum, Ihnen die Bewegung und Harmonie des Balletts im Einklang mit der Musik näher zu bringen. Neben Körperhaltung und Koordination der Bewegungsabläufe wird die Basis der Tanztechnik vermittelt. Unabhängig vom Alter wendet sich dieser Kurs an alle Erwachsenen, die Freude am Tanz haben. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Die Dozentin ist staatlich geprüfte Bühnentänzerin.
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und Ballett- oder Gymnastikschuhe mit.

D87010 24,00 Ustd. 84,– €
12 Abende, ab 4.9.2012
Di, 18:15 – 19:45 Uhr
Corinna Schwesig-Eufinger

BallettFitness

Eine lebendige Kombination aus Ballett und Workout ohne Stange und ein höchst dynamisches Trainingserlebnis von Kopf bis Fuß. Es ist ein leichtes, tänzerisches Programm, das ausgesuchte Bewegungen aus dem klassischen Ballett zu aktuellen Musikrhythmen mit Stretching verbindet.
In erster Linie bringt das Workout eine schöne Haltung, lange, starke Muskeln, Beweglichkeit und Grazie. Die Übungen werden auch Rückenfreunde begeistern, denn sie wirken mobilisierend und haltungsstabilisierend auf die Wirbelsäule.
Der Kurs eignet sich für alle Teilnehmer/innen, die Spaß an Tanz und Bewegung haben und nach der Arbeitswoche abschalten und sich angenehm aufs Wochenende einstimmen möchten.
Die Dozentin ist Deutsche Meisterin im Musical und Showdance.
Bitte Handtuch, Ballettschläppchen oder Gymnastikschuhe und bequeme, aber eng anliegende Kleidung mitbringen.

D87020 17,33 Ustd. 63,– €
13 Abende, ab 7.9.2012
Fr, 17:00 – 18:00 Uhr
Elzbieta Rasch

Power Dance
Tanz Dich Fit!
Das Tanzen mobilisiert den Körper, fördert die Kondition und trainiert die Ausdauer.
Dieser Kurs nutzt Elemente des Balletts, Modern und Jazz Dance sowie Hip-Hop und Aerobic.
Wir werden uns warm tanzen, die Muskulatur kräftigen und die Koordination üben. Zu fetzigen Klängen der Weltmusik aus den 80er und 90er Jahren, Pop, R&B und House beats probieren wir Grundschritte und Schrittfolgen aus, um unser Tanzrepertoire zu erweitern. Mit einer Cool-down/Stretching-Kombination klingt die Stunde aus.
Die gute Stimmung des Tanzes fließt ein in das wirkungsvolle Fitnesstraining für Körper und Geist.
Bitte Tanzschuhe/Fitnessschuhe und etwas zu trinken mitbringen.
D87030 20,00 Ustd. 66,– €
12 Abende, ab 28.8.2012
(nicht am 13.11.)
Di, 20:15 – 21:30 Uhr
Eduardo Laino

D87040 20,00 Ustd. 66,– €
12 Abende, ab 29.8.2012
(nicht am 14.11.)
Mi, 19:00 – 20:15 Uhr
Eduardo Laino

Gesellschaftstanz
Mit fünf Tänzen sicher über das Parkett: Cha Cha, Rumba, Jive, Langsamer Walzer und Foxtrott. Im Einsteiger-Workshop werden die Basics in den wichtigsten Gesellschaftstänzen und kleine Figuren-/Schrittkombinationen erlernt.
Anmeldung ist nur paarweise möglich (€ 51,– pro Person)
Bitte bringen Sie festes Schuhwerk und Ihnen angenehme lockere Kleidung mit.
D87100 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Sa, 24.11.2012, 15:00 – 18:00 Uhr
So, 25.11.2012, 11:00 – 14:00 Uhr
Thomas Frohn

Disco-Fox Grundkurs
Der Disco-Fox gehört zu den beliebtesten Tänzen einer Tanzveranstaltung und das kommt nicht von ungefähr. Er bietet viel Freiheit für Improvisation und Integration anderer Tanzelemente (z. B. Foxtrott, Swing, lateinamerikanische Tänze). Rasch und sicher werden Sie Schritte, Styling und Figuren erlernen. Inhalt: Grundschritte, Rechtsdrehung, Windmühle, He goes she goes, Abklatscher, Schal und Styling
Anmeldung ist nur paarweise möglich (€ 51,– pro Person).
Bitte bringen Sie festes Schuhwerk und Ihnen angenehme lockere Kleidung mit.
D87110 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Sa, 3.11.2012, 15:00 – 18:00 Uhr
So, 4.11.2012, 11:00 – 14:00 Uhr
Thomas Frohn

Sevillanas
Grundkurs
Die Welt des Spanischen Tanzes ist ohne die Sevillanas nicht vorstellbar. Wer einmal eine solche Fiesta miterlebt hat, weiß, dass Mittanzen die pure Lebensfreude ist. Die Sevillanas haben vier Strophen mit festgelegten Schritten. Sie werden paarweise getanzt, aber man braucht keinen Tanzpartner für den Kurs.
Für diesen Kurs sind tänzerische Vorkenntnisse von Vorteil.
Bitte geschlossene Schuhe mit etwas Absatz und bequeme Kleidung mitbringen.
D87215 28,00 Ustd. 89,– €
Flamencoschule JALEO,
Blücherstraße 20
14 Abende, ab 13.9.2012
(nicht am 4.10.)
Do, 20:30 – 22:00 Uhr
Gaby Herzog

Sevillanas
Aufbaukurs
Voraussetzung für diesen Kurs ist, die vier Strophen der Sevillanas gelernt zu haben. Nach einer kurzen Wiederholung der vier Strophen werden wir die Armführung üben und vor allem auf schnelle Musik tanzen lernen. Außerdem werden wir Sevillanas nicht nur paarweise, sondern auch in verschiedenen Formationen tanzen.
Bitte geschlossene Schuhe mit etwas Absatz und bequeme Kleidung mitbringen.
E87225 20,00 Ustd. 64,– €
Flamencoschule JALEO,
Blücherstraße 20
10 Abende, ab 31.1.2013
(nicht am 21.3.2013)
Do, 20:30 – 22:00 Uhr
Gaby Herzog

Orientalischer Tanz
Bauchtanz für Anfängerinnen
Der orientalische Tanz gehört zu den ältesten weiblichen Tanzformen der Welt. Die fließenden und weichen Bewegungen laden ebenso wie die temperamentvollen und schnellen Elemente zum kreativen Spiel mit dem eigenen Körper ein. Nach einem ausgiebigen Warm-up kann man sich beim Erlernen der ersten Grundbewegungen des Orientalischen Tanzes zunächst davon überzeugen, dass es leichter ist, als man vielleicht denkt. Die Technik des Isolierens einzelner Körperregionen – nicht nur des Bauches! – wird mit gezielten Entspannungs- und Haltungsübungen geübt und in den so typischen Hüftbewegungen ausprobiert. Der permanente Wechsel von Anspannung und Loslassen in den Bewegungen ist auch über den Tanz hinaus eine wunderbare Erfahrung für das tägliche Bewegungsverhalten. Im Unterricht steht die Freude an der Bewegung mit ihrer motivierenden Wirkung im Vordergrund. Dazu trägt auch die orientalische Musik mit ihren faszinierenden Rhythmen erheblich bei.
Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikschläppchen und ein großes Tuch für die Hüfte mitbringen

Sommerkurs
Orientalischer Tanz intensiv
D87315 16,00 Ustd. 63,– €
4 Vormittage, 7. – 10.8.2012
Di – Fr, 10:00 – 13:00 Uhr
Beate von Gruenewaldt

Abendkurs
D87300 20,00 Ustd. 75,– €
10 Abende, ab 18.9.2012
Di, 20:15 – 21:45 Uhr
Beate von Gruenewaldt

Wochenendkurs
D87310 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Fr, 7.12.2012, 18:30 – 21:00 Uhr
Sa, 8.12.2012, 10:30 – 14:00 Uhr
Beate von Gruenewaldt

Orientalischer Tanz
Bauchtanz für Anfängerinnen mit Vorkenntnissen
In diesem Kurs geht es darum, die bekannten Bewegungen des Orientalischen Tanzes zu vertiefen und zu verfeinern. Der Unterrichtsaufbau ist größtenteils ähnlich wie beim Anfängerkurs, allerdings werden hier nun die Bewegungen schon mehr kombiniert und im Endeffekt in einer kleinen Choreographie verarbeitet. So kann das Tanzen durch das zusammenhängende Üben immer fließender und harmonischer werden. Es besteht außerdem die Möglichkeit, erste Erfahrungen mit dem Schleier oder dem Tanzstock zu machen. Diese wichtigen Tanzrequisiten sind im Studio ausreichend vorhanden. Auch Hintergrundinformationen rund um den Orientalischen Tanz kommen verstärkt zum Zuge und ermöglichen ein tieferes Eintauchen in die faszinierende Kultur des Orients. Das besondere Lebensgefühl, welches sich in diesem Tanz des Ostens ausdrückt, ist für »uns« hier oftmals eine erstaunliche und bereichernde Erfahrung.
Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikschläppchen und ein großes Tuch für die Hüfte mitbringen

Orientalischer Tanz für Anfängerinnen,
Fortgeschrittene und Profis
• Tribal Style Dance • Tribal Fusion
• Bollywood und mehr ...

JAZIRA MALU
Studio • Shop • Büro
65527 Niedernhausen
Schöne Aussicht 6
Tel.: (0 61 27) 7 05 90-39
Fax: (0 61 27) 7 05 90-12

Studio Wiesbaden
Dance Line, Luisenstraße 35

E-Mail: info@malu-tanz.de
Mobil: 0160 8 43 40 53

malu
traumwelt orientalischer tanz

www.malu-tanz.de

Anzeige

D87320 20,00 Ustd. 78,– €
Studio Balance, Henkellstraße 16
10 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 20:00 – 21:30 Uhr
Beate von Gruenewaldt

BollyHop

Bollywood-Dance kommt aus Indien und hat sich mittlerweile als eine Tanzkunst in Deutschland etabliert. Bei BollyHop werden die typischen Bollywood-Dance-Bewegungen mit HipHop kombiniert und zu einem sehr dynamischen Workshop entwickelt. In kleinen choreographischen Schritten wird der Kreislauf stark angeregt und alle Muskelgruppen – speziell die Schultermuskulatur – werden gekräftigt.
Dieses Tanzkonzept richtet sich an alle Interessierte mit tänzerischen Vorerfahrungen.
Die Dozentin ist Deutsche Meisterin im Musical und Showdance.
Bitte Turnschuhe, Handtuch und bequeme Kleidung mitbringen.
D87370 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Sa, 10.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
So, 11.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
Elzbieta Rasch

QuiZumba total

Latino – Free Style Dance
Lateinamerika hält ein unerschöpfliches Reservoir an Rhythmen, Melodien und Tänzen bereit. Die lebendige Vielfalt tänzerischer und musikalischer Traditionen bildet zugleich ein gewaltiges Potential für Kreativität und neue Trends.
QuiZumba ist eine Kombination aus Tanz-, Fitness- und Ausdauertraining. Die QiuZumba-Choreografien verbinden lateinamerikanische Tänze, Aerobic-, Afro-, Hip-Hop- und orientalische Bewegungen. Hier werdet Ihr Euer Tanzrepertoire erweitern und die Zielzonen Arme, Bauch, Gesäß und Beine trainieren. Die hochintensiven Latin- und internationalen Rhythmen wie Salsa, Merengue, Cumbia, Mambo, Chachacha, Reggaeton, Soca, Samba, Flamenco, Axé, Hip-Hop sowie Elektro-Tango und -Swing verwandeln die Stunde in eine Tanzfitnessparty der Erlebnisse. Arriba, arriba!
Bitte feste Laufschuhe oder Turnschuhe mitbringen.
D87400 20,00 Ustd. 84,– €
12 Abende, ab 29.8.2012
(nicht am 14.11.)
Mi, 20:15 – 21:30 Uhr,
Eduardo Laino

Salsa – mal ohne Partner!

Salsa drückt ein einzigartiges Lebensgefühl aus und ist auf der ganzen Welt als feurig, spritzig und erotisch bekannt.
Mit seinen zahlreichen Tanzstilen ist Salsa immer wieder anders und wird nie langweilig. Dabei ist nicht nur der Hüftschwung schön anzusehen, beim Tanzen ist der Einsatz des gesamten Körpers gefragt. So hat man neben dem Urlaubsfeeling auch noch etwas für die Koordination, Kräftigung und Beweglichkeit getan.
In diesem Kurs lernt Ihr Salsa tanzen – mal ohne Partner. Alle Bewegungen werden strukturiert und aufeinander aufgebaut vermittelt. Der Kurs beginnt mit einem kleinen Aufwärmprogramm, Körperisolationsübungen und Rhythmusschulung. Letztendlich ist Salsa etwas, was man nicht verstehen, sondern fühlen muss. Probiert es aus… Salsa wird Euch nicht mehr loslassen!
Bitte (Tanz-)Schuhe mit glatter Sohle oder dicke Socken, ein Handtuch und etwas zu trinken mitbringen.

Abendkurse
D87430 16,67 Ustd. 65,– €
10 Abende, ab 13.9.2012
Do, 19:00 – 20:15 Uhr
Filipe Ferreira

D87440 16,67 Ustd. 65,– €
10 Abende, ab 13.9.2012
Do, 20:15 – 21:30 Uhr
Filipe Ferreira

Workshop
D87450 4,00 Ustd. 26,– €
1 Nachmittag, 2.12.2012
So, 15:00 – 18:00 Uhr
Filipe Ferreira

Tango Argentino

Der aufregendste Paartanz der Welt
Diese argentinische Urform ist ein frei improvisierter Tanz; das gemeinsame Musikempfinden und das wortlose Aufeinandereingehen stehen im Vordergrund. Für alle, die die spannungsgeladene Harmonie zwischen Mann, Frau, Raum und Musik erleben möchten, die mehr wollen als »Schritte tanzen«. Das ist tanzbar für jeden, der es lernen will.
Dieser Kurs ist für Einsteiger/innen ohne Vorkenntnisse gedacht. In den zwei Tagen erarbeiten wir uns die Grundlage dieses Tanzes, um mit dem Erlernten auch jetzt schon genussvoll im Tango-Salon tanzen gehen zu können.
Bitte melden Sie sich nur paarweise an (€ 51,– pro Person!).
D87500 8,00 Ustd. 51,– €
1 Wochenende
Sa, 10.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
So, 11.11.2012, 14:00 – 17:00 Uhr
Peter und Brigitte Ellenbogen

Internationale Folkloretänze

Ein Kurs für Damen und Herren, für Jung und Alt, für alle, die Freude am Tanzen haben und Tänze aus dem Balkan und aus Israel kennen lernen möchten.
Folklore ist auch Ausdruck eines bestimmten Volkes und somit ein Anreiz, sich mit diesem Volk über das Tanzen hinaus zu beschäftigen.
Der Kurs wird mit einem Folklore-Tanzfest am letzten Abend (13.12.) als Doppeltermin abgeschlossen.
Bitte Turnschuhe mitbringen.

Internationale Folkloretänze I (leichte Tänze)
D87560 18,67 Ustd. 58,– €
Ev. Gemeindezentrum Klarenthal, Graf-von-Galen-Straße 32
13 Abende, ab 6.9.2012
Do, 19:00 – 20:00 Uhr
Astrid Hamm, Musik- und Religionspädagogin

Internationale Folkloretänze II (mittelschwere Tänze)
D87570 18,67 Ustd. 58,– €
Ev. Gemeindezentrum Klarenthal, Graf-von-Galen-Straße 32
13 Abende, ab 6.9.2012
Do, 20:00 – 21:00 Uhr
Marie-Luise Spitzley, Pädagogin

Den Stress wegtanzen

E83210 8,00 Ustd. 46,– €
1 Tag, 19.1.2013
Sa, 9:30 – 17:00 Uhr
Claudia Ottmann
Nähere Informationen auf Seite 134.

Stepptanz-Wochenende

Für Anfänger/innen mit und ohne Stepptanz-Vorkenntnisse bietet dieses Wochenende Gelegenheit zum Reinschnuppern: Wir werden uns mit den grundlegenden Fußtechniken beschäftigen, ein paar kleine Choreographien erarbeiten und uns im Improvisieren üben – das schult das Ohr! Damit sich die Füße bei der ungewohnten Betätigung wohlfühlen, gehört etwas Pflege des Bewegungsapparates genauso zum Programm wie musikalisches Hintergrundwissen über Jazz-Musik, denn im Stepptanz ist der Tänzer ja auch Schlagzeuger. Natürlich dürfen auch Ausflüge in verschiedene Stilarten und Hintergrundinfos über bekannte Tänzer aus Vergangenheit und Gegenwart nicht fehlen, denn seit den 30er Jahren hat sich viel verändert, und der Stepp ist heute moderner denn je. Bitte Füße, Ohren und Schuhe mit Ledersohle mitbringen.
D87700 8,00 Ustd. 51,– €
Fiddle & Feet School of Dancing, Winkeler Straße 6
1 Wochenende
Sa, 10.11.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
So, 11.11.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Natalie Westerdale

Lyrical Jazz Dance

Für Tanzinteressierte mit und ohne Vorkenntnisse(n), die sich trauen, mal was Neues auszuprobieren: Lyrical Jazz ist eine der bekanntesten und am meisten verbreiteten Tanzstile in America. Auch in Deutschland etabliert sich der Trend immer mehr. Getanzt wird mit Elementen aus dem Ballett zu Musik aus den aktuellen Charts; wir erarbeiten eine einfache Choreografie, die Worte und Gefühle des jeweiligen Songs widerspiegelt. Der Workshop beinhaltet ein Warm-up, einen kurzen Fitness/Stretching-Teil und eine Choreografie. Die Dozentin ist eine leidenschaftliche Tänzern, die auch Ihnen den Spaß am Tanzen näherbringen möchte.
Bitte bequeme Sportkleidung, Gymnastikschläppchen oder Turnschuhe mitbringen.
D87025 6,67 Ustd. 43,– €
1 Wochenende
Sa, 1.12.2012, 14:00 - 16:30 Uhr
So, 2.12.2012, 14:00 - 16:30 Uhr
Jenny Zoladkiewicz

Irish Stepdancing

Tanzen à la Riverdance – mit Live-Begleitung

Wer sich für die Dynamik der fliegenden Füße interessiert, die Riverdance und Lord of the Dance so populär gemacht hat, der ist hier richtig. Die Perfektion ist zwar unerreichbar schwer, aber aller Anfang beim irischen Stepptanz ist leicht: Die Basisschritte von Jigs und Reels sind auch für Anfänger/innen leicht zu erlernen. An diesem Wochenende werden wir neben den Grundlagen für diesen Tanzstil eine kleine Softshoe-Schrittfolge und kleine Übungssequenzen für Hardshoe erlernen.
Bitte bequeme Kleidung, Gymnastikschläppchen o. Ä. und ein Paar festsitzende Schuhe mit harter Leder- oder Plastiksohle mitbringen.

D87710 8,00 Ustd. 77,– €
Fiddle & Feet School of Dancing, Winkeler Straße 6
1 Wochenende
Sa, 10.11.2012, 13:30 – 16:30 Uhr
So, 11.11.2012, 13:30 – 16:30 Uhr
Natalie und Ed Westerdale

Wassersport

Sportschifffahrt

Leitung: Reinhard Beer, Henry Klotz, Sumi Krupp, Lalasa Lezius, Claus Sauer, Doris Schmidt, Ingobert Walter
Info-Telefon: (06 11) 46 68 58 (Sumi Krupp)
Das Interesse am Wassersport nimmt seit einiger Zeit enorm zu. Damit steigt auch die Bedeutung der Sportbootführerscheine. Parallel hierzu haben sich aber auch die gesteigerten Anforderungen der Prüfungskommissionen an die Prüflinge von Jahr zu Jahr entwickelt.
In den einzelnen Kursen des vorliegenden vielfältigen Kursprogramms, das von Sumi Krupp nach 30 Jahren Ausbildungserfahrungen im Wassersport ausgearbeitet wurde, lernen Sie alles, was Sie zum erfolgreichen Erwerb des jeweiligen Bootsführerscheins können und wissen müssen. Dazu können Sie wählen, ob Sie Ihren Segelführerschein lieber in heimischen Gewässern machen möchten oder während eines Segeltörns durch Ostsee oder Mittelmeer. Wenn Sie gerne mehr über Ausbildung, Ausbilder und die Boote wissen möchten, sind Sie herzlich eingeladen zu unserem

Tag der Offenen Tür

Hier haben Sie die Möglichkeit, die Ausbilder und die Prüfungsboote näher kennen zu lernen. Unter fachlicher Anleitung können Sie mit einer Segeljolle ein paar Runden im Schiersteiner Hafen drehen sowie mit einem Motorboot auf dem Rhein spazieren fahren.
Ebenso bekommen Sie am Infostand Auskünfte über die abgedruckten Führerscheinkurse, Navigationszeugnisse, Sprechfunkzeugnisse und Hochseesegeltörns.
Kurzum, an diesem Wassersport-Schnuppertag erfahren Sie alles Wissenswerte über die Praxis-Ausbildung aus einer Hand.
Unbedingt Terminkalender wegen der Segelpraxistermine, die bereits einen Tag später stattfinden können, mitbringen!

D88510 5,33 Ustd. Eintritt frei
Treffpunkt: Hafenpromenade Schierstein nahe Eisstand
1 Nachmittag, 18.8.2012
Sa, 14:00 – 18:00 Uhr
Lalasa Lezius, Sumi Krupp

Kurs A 1

Segeln lernen für Anfänger auch ohne Prüfung

Auf Segeljollen lässt sich Segeln von Grund auf besser lernen als auf großen Yachten. Dieser Segelkurs vermittelt unter anderem folgende Fertigkeiten und Kenntnisse:
Segel setzen, bergen, reffen, Kurse steuern mit entsprechender Segeleinstellung, Bedienung von Schwert, Ruder, Pinne, Lenzeinrichtung, An- und Ablegen, Boje über Bord-Manöver, Ankern, Wenden, Halsen, Beidrehen, Rückwärtssegeln, Ausweichregeln, Knoten, Gewichtstrimm, Stützruder usw.
Kurz gesagt: In diesem Segeltraining wird der fachgerechte Umgang mit dem Fortbewegungsmittel Segeljolle gezeigt und geübt, damit man sich auch als Anfänger auf einem Segelboot wohl fühlt.
Die Kursgebühr (€ 14,–) umfasst einen Theorieabend.
Die Zeiten für die Segelstunden sind individuell wählbar. Sie können dabei so viel oder so wenig segeln wie Sie möchten. € 14,– pro Segelstunde. (Telefon 06 11/46 68 58).
Wir werden am Theorieabend ein Lehrbuch für ca. 20,– € empfehlen und anbieten. Es entstehen keine weiteren Kosten.
Keine Ermäßigung möglich!
Bitte bringen Sie Ihren Terminkalender (zur Absprache Segelstunden) mit.

D88520 3,67 Ustd. 14,– €
1 Abend, 20.8.2012
Mo, 19:00 – 21:45 Uhr
Sumi Krupp, Lalasa Lezius, Ingobert Walter

Kurs A 2

Der Sportbootführerschein Binnen für Segel und Motor
Der SBF Binnen für Flüsse, Binnenseen und Kanäle.
Das internationale Zertifikat A

Der Kurs Binnen vermittelt Ihnen die entsprechenden Knoten, Ausweichregeln, Nebelsignale, Lichtzeichen, Hafenmanöver, Gesetzeskunde und vieles mehr. Er endet mit einer Theorie- und Praxisprüfung, die innerhalb eines Tages am Schiersteiner Hafen abgenommen wird.
Nicht nur Segelboote, auch Motoryachten bis zu 15 Meter Länge dürfen Sie mit diesem Führerschein des DSV (Deutscher-Segler-Verband) auf Flüssen, Seen und Kanälen fahren.
Dieser Segelschein A mit Motorteil ist der amtliche Sportbootführerschein Binnen. Alle beim A1-Segeltraining beschriebenen Inhalte sind auch Schwerpunkte im A2-Kurs.
Beim Segel-A2-Kurs verläuft die Praxisausbildung besonders intensiv und umfangreich auf Segeljollen im Schiersteiner Hafen.
Die Kursgebühr beträgt 154,– Euro, sie beinhaltet: 8 Theorieabende sowie eine Bootseinweisung und eine kleine Nachtfahrt.
Hinzu kommen:
Prüfungskosten: € 75,–
Sehtest: ca. € 20,–
Fachbuch: ca. € 20,–
sowie 14,– Euro pro Segelfahrstunde (rechnen Sie mit maximal 30 Segelfahrstunden, falls Sie noch nie gesegelt sind).
Die Segelfahrstunden sind individuell wählbar; Sie können auch mehr oder weniger segeln. Ebenso verhält es sich bei den 3 – 5 Motorbootfahrstunden: € 46,– pro Fahrstunde
Theorietermine: 18.3., 15.4., 22.4., 29.4., 6.5., 13.5., 27.5., 3.6.2013
Prüfungstag: voraussichtlich 22.6.2013 nachmittags
Keine Ermäßigung möglich!
Bitte bringen Sie zum ersten Theorieabend Ihren Terminkalender (zur Absprache Fahrstunden) mit.

E88530 29,33 Ustd. 154,– €
8 Theorieabende, ab 18.3.2013
Mo, 19:00 – 21:45 Uhr
Sumi Krupp, Ingobert Walter, Lalasa Lezius

Kurs A 3

Segelprüfung Binnen für Motorbootführerscheininhaber
Das internationale Zertifikat A

Teilnahmevoraussetzung: Der Motorboot-Binnen-Führerschein
Wer seinen Motorboot-Führerschein erweitern will, kann dies durch eine seglerische Zusatzprüfung tun, die sowohl theoretisch als auch praktisch an einem Tag im Schiersteiner Hafen durchgeführt wird.
Die Kursgebühr beträgt 55,– € und beinhaltet 4 Theorieabende (19:00 – 21:45 Uhr). Hinzu kommen: Prüfungskosten 75,– €, Sehtest ca. 20,– €, Fachbuch 20,– € sowie 14,– € pro Segelfahrstunde (rechnen Sie mit maximal 30 Segelfahrstunden, falls Sie noch nie gesegelt sind).
Theorietermine: 18.3., 22.4., 6.5., 27.5.2013
Prüfungstag: voraussichtlich 22.6.2013 nachmittags
Keine Ermäßigung möglich!
Bitte bringen Sie zum ersten Theorieabend Ihren Terminkalender (zur Absprache Fahrstunden) mit.

E88540 14,67 Ustd. 55,– €
4 Theorieabende, ab 18.3.2013
Mo, 19:00 – 21:45 Uhr
Ingobert Walter, Sumi Krupp, Lalasa Lezius

Kurs B

Der Sportbootführerschein Binnen – SBF Binnen unter Motor
Das internationale Zertifikat A

Das internationale Zertifikat A ist der amtliche Pflichtführerschein für das Befahren von Flüssen, Binnenseen und Kanälen in der Bundesrepublik Deutschland. Er gilt für Sportboote und Yachten mit Maschinenantrieb bis zu 15 m Gesamtlänge und ist ab 3,68 KW Motorleistung vorgeschrieben. Im Großraum Berlin und Brandenburg wird dieser Befähigungsschein auch für Boote mit weniger Leistung benötigt. Im Ausland wird das Zertifikat nicht nur anerkannt, sondern auch verlangt (z. B. in den Niederlanden).
Der Kurs vermittelt Kenntnisse in Gesetzeskunde, Ausweichregeln, Sicherheit, Fahrwasser- und Sichtzeichen, Lichterführung, Schallsignale, Wetterkunde, Motorkunde und Technik sowie das Erlernen wichtiger Knoten und prüfungsrelevanter Manöver.
Zur praktischen Ausbildung gehören eine ausführliche Bootseinweisung im Schiersteiner Hafen und erfahrungsgemäß ca. 3 bis 5 Motorbootfahrstunden. Die Theorie- und Praxisprüfung findet innerhalb eines Tages im Schiersteiner Hafen statt. Hierzu tragen Sie bitte dem Wetter entsprechende Kleidung und Schuhe mit heller und weicher Sohle.
Kursgebühr: € 105,–
Fahrstunde: € 46,–
Prüfungskosten € 75,–
Ärztliches Zeugnis: ca. € 20,–
Fachbuch: ca. € 20,–
Info-Telefon (06 11) 37 43 71
oder (01 73) 7 88 83 50 (Kursleiter)
Keine Ermäßigung möglich!

Sommerferienkurs
Theorie: Do 5.7., Di 10.7., Do 12.7., Di 17.7., Do 19.7., Di 24.7.2012
Prüfung: 5.8.2012

D88593 22,00 Ustd. 105,– €
6 Theorieabende, ab 5.7.2012
Do + Di, 19:00 – 21:45 Uhr
Henry Klotz

2. Kurs
Theorie: Do 2.8., Di 7.8., Di 14.8., Do 16.8., Di 21.8., Di 28.8.2012
Prüfung: 2.9.2012

D88594 22,00 Ustd. 105,– €
6 Theorieabende, ab 2.8.2012
Do + Di, 19:00 – 21:45 Uhr
Henry Klotz

3. Kurs
Theorie: Do 6.9., Di 11.9., Di 18.9., Do 20.9., Di 25.9., Di 2.10.2012
Prüfung: 7.10.2012

D88595 22,00 Ustd. 105,– €
6 Theorieabende, ab 6.9.2012
Do + Di, 19:00 – 21:45 Uhr
Henry Klotz

4. Kurs
Theorie: Di 9.10., Do 11.10., Di 16.10., Di 30.10., Do 1.11., Di 6.11.2012
Prüfung: 11.11.2012

D88596 22,00 Ustd. 105,– €
6 Theorieabende, ab 9.10.2012
Di + Do, 19:00 – 21:45 Uhr
Henry Klotz

Kurs C

Sportbootführerschein See

Der Sportbootführerschein See ist derzeit der einzige staatliche Pflichtführerschein für das Befahren von Meer, Küste und Hochsee. Dieser Führerschein ist Voraussetzung für das Führen einer Motor- oder Segelyacht mit mehr als 5 PS. Der Kurs vermittelt Kenntnisse in: Betonnung von Fahrwassern und Schifffahrtswegen, Kennung und Scheincharakteristik von Leuchttürmen, Navigation, Wetterkunde, Motormanöver, Knoten, Schallsignale, Ausweichregeln, Sicherheit, Gesetzeskunde etc. Ebenso prüfungsrelevant ist das Lesen von Seekarten.
Die Theorie- und Praxisprüfung wird innerhalb eines Tages am Schiersteiner Hafen und auf dem Rhein abgenommen.
Kursgebühr: € 174,–
Prüfungskosten: € 94,–
Hinzu kommen für die Motorbootfahrstunden: € 46,– pro Fahrstunde
Fachliteratur: ca. € 36,–
Theorie: Mo, 27.8., 3.9., 10.9., 17.9., 24.9., 1.10.2012, 19:00 – 21:45 Uhr
Sa, 1.9.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Sa, 6.10.2012, 10:00 – 13:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr
So, 7.10.2012, 10:00 – 13:00 Uhr
Bootseinweisung:
nach Rücksprache im Kurs
Prüfung: voraussichtlich 28.10.2012
Info-Telefon (0 61 23) 7 28 47 oder (01 70) 2 84 84 66 (Kursleiter)
Keine Ermäßigung möglich!

D88610 38,00 Ustd. 174,– €
10 Theorietermine, ab 27.8.2012 (Einzeltermine Mo, Sa, So siehe Infotext)
Mo, 19:00 – 21:45 Uhr
Reinhard Beer, Sumi Krupp, Lalasa Lezius, Doris Schmidt

Lehrgänge zur Erlangung der

UKW Sprechfunkzeugnisse SRC und UBI

Kommunikationstraining für Wassersportler an UKW Sprechfunkgeräten

Weltweit benötigt jeder Wassersportler, der ein Sprechfunkgerät benutzen will, ein entsprechendes Sprechfunkzeugnis. Für die Sportschifffahrt gibt es vorwiegend zwei UKW Sprechfunkzeugnisse; das UBI für Binnen und das Short Range Certificate (SRC)
für die Küste; wobei Ihnen die UBI Prüfung ein wenig erleichtert wird, wenn Sie zuvor bereits das SRC absolviert haben.

Kurs D 1

Das internationale Short Range Certificate (SRC) für Seefunk

Teilnahmevoraussetzungen: Mindestalter 15 Jahre; wegen den erforderlichen Englischkenntnissen rufen Sie uns bitte unbedingt vier Wochen vor Kursbeginn an:
(06 11) 46 68 58
Kursgebühr: 190,– €
Hinzu kommen
Lehrmaterial: 47,50 €, bestehend aus einem SRC-Sript und einer Übungssoftware
Prüfgebühren: 100,– €
3 Sprechfunktheorieabende:
Mo, 29.10., 12.11.,19.11.2012
und 2 Gerätepraxistermine in Kleingrupen nach Absprache, mögliche Termine: So 25.11.2012, 14:00 – 16:45, 18:00 – 20:45 Uhr oder Mo 26.11.2012, 19:00 – 21:45 Uhr
Prüfung: Anfang Dezember 2012
Keine Ermäßigung möglich!

D88620 18,33 Ustd. 190,– €
5 Termine, ab 29.10.2012
Mo, 19:00 – 21:45 Uhr
Sumi Krupp, Lalasa Lezius

Kurs E

Wetterkunde für Jedermann
Die Sprache der Wolken und des Himmels

Warum die Stürme weiter zunehmen – Wetter- und Wolkenkunde, nicht nur für Wassersportler.
Mit diesem Kurs wird der Blick zum angeblich so grauen Winterhimmel hochgradig interessant. Die Atmosphäre spricht eine sehr klare Sprache durch Wolkenformationen. Die unterschiedlichen Wolkenformationen teilen sehr deutlich mit, was gerade am Himmel los ist. So aktuell und noch dazu so lokal kann der Wetterbericht noch nicht sein und wohl auch in Zukunft nicht werden. Den neuesten Wetterbericht gibt's nicht von der Telekom. Der frischeste und aktuellste Wetterbericht hängt stets in der Luft, in Form von Wasser- oder Eiswolken, die es zu unterscheiden gilt. Dieses sehr kostengünstige Hobby der Wolkenbeobachtung steht für Segler, Piloten und Wanderer in einem allgemein anerkannt attraktiven Preis-Leistungs-Verhältnis, denn die verschiedenen Wolkentypen halten häufig ein, was sie versprechen.
Themenschwerpunkte sind: Erkennen und Deuten von Wolken anhand von Dias und Episkopbildern wie z. B. Stratus-, Cumulus-, Cirrus-, Mammatus-, Castellanus-, Lenticularis, Formen und Unterformen sowie Hoch- und Tiefdruckgebieten, Trog- und Inversionswetterlagen, Thermik, Fronten, Warmluftsektoren, Böenwalzen, Vor- und Rückseitenwetter, ein wenig Wolkenphysik sowie das Lesen von Wetterkarten.
Keine Ermäßigung möglich!

E88800 6,67 Ustd. 30,– €
2 Vormittage, 3.2. und 17.2.2013
So, 10:00 – 12:30 Uhr
Sumi Krupp

Kurs H

SKS
Der Sportküstenschifferschein

Der Theoriekurs zum internationalen Zertifikat C mit kostenlosem SKS-Infoabend am 10.12.2012, 20:00 Uhr in der vhs nicht nur für Segler, sondern auch für »nur« Motorbootfahrer.
Teilnahmevoraussetzung ist der Besitz des Sportbootführerscheins See.
Aufbauend auf den Kenntnissen des Sportbootführerscheins See werden in der SKS-Prüfung die Themen Wetter- und Gezeitenkunde, Navigation, Seemannschaft und Schifffahrtsrecht wesentlich vertieft behandelt.
13 Theorietermine: 17.1., 19.1., 20.1., 24.1., 31.1., 2.2., 3.2., 7.2., 14.2., 16.2., 17.2., 21.2., 28.2.2013
7 × donnerstags, 18:30 – 21:30 Uhr
3 Samstage, 15:00 – 18:00 Uhr
3 Sonntage, 16:30 – 19:30 Uhr
Prüfungstermine ab März 2013
Kursgebühr € 240,– zuzüglich Prüfungsgebühren und zahlreiche Lehrmaterialien
Info-Telefon: (06 11) 46 68 58 (Kursleiter)
Keine Ermäßigung möglich!

Infoabend zum SKS – Sportküstenschifferschein

D88820 2,00 Ustd. Eintritt frei
1 Abend, 10.12.2012
Mo, 20:00 – 21.30 Uhr
Sumi Krupp

E88830 52,00 Ustd. 240,– €
13 Theorietermine, ab 17.1.2013
(Einzeltermine siehe Infotext)
Do, 18:30 – 21:30 Uhr
Sumi Krupp, Lalasa Lezius

Kurs K

Segeljollenkentertraining und Sicherheitsseminar

Das Seminar zeigt verschiedene Methoden, wie gekenterte Jollen wieder aufgerichtet werden können. Die Hauptgefahren für Mensch und Material werden praxisgerecht dargestellt, z. B.:

- Wieso Segler unter die Segel einer gekenterten Jolle geraten können.
- Wann man im Wasser schwimmend und von Segeln bedeckt sehr gut atmen kann.
- Wann man in fast der gleichen Situation Luftprobleme bekommt.
- Unter welchen Umständen helfende Motorboote in das Cockpit einer gekenterten Jolle hineinfahren sollten, um diese wieder aufzurichten.

Bringen Sie bitte Badesachen mit, wenn Sie nicht nur passiv, sondern auch aktiv teilnehmen möchten.
Anmeldungen über Sumi Krupp, Info-Telefon: (06 11) 46 68 58
Das Kentertraining findet voraussichtlich am 24. Juni 2012 im Schiersteiner Hafen (Treffpunkt nach Vereinbarung mit Herrn Krupp) statt.
* Im Preis (30,– €) ist ein gemeinsames Mittagessen enthalten.

C88850 7,33 Ustd. 30,– €*
1 Tag, 24.6.2012
So, 10:30 – 16:00 Uhr
Sumi Krupp

Akademie für Ältere

Die Akademie für Ältere ist eine Abteilung der Volkshochschule Wiesbaden e. V.

Geschäftsführerin:
Marianne Latsch
Telefon
(06 11) 98 89-1 62
E-Mail: mlatsch@
vhs-wiesbaden.de

Darüber hinaus ist die Akademie für Ältere ein Kooperationsverbund von über dreißig Einrichtungen, deren gemeinsames Ziel es ist, qualifizierte Bildungsangebote nicht nur für, sondern von und mit älteren Menschen zu entwickeln, sie weiterhin ins gesellschaftliche Leben mit einzubeziehen und sie anzuregen, soziale Verantwortung zu übernehmen.

Die Geschäftsführung dieses Verbundes obliegt der Volkshochschule Wiesbaden.

Das Gesamtprogramm der Akademie für Ältere, in dem auch die Angebote der Kooperationspartner verzeichnet sind, erscheint jeweils im August und gilt für den Zeitraum eines Jahres.

Auf diesen Seiten veröffentlichen wir die Veranstaltungen, die die vhs für das Herbst-/Winterhalbjahr methodisch, inhaltlich und von der zeitlichen Organisation her speziell für ältere Teilnehmerinnen und Teilnehmer gestaltet hat.

Außerdem bietet die Volkshochschule Wiesbaden e. V. eine Fülle interessanter Kurse, Seminare und Vorträge an, die wegen der günstigen Veranstaltungszeiten oder der inhaltlichen Schwerpunkte für ältere Menschen besonders geeignet sind. Es lohnt sich daher, unser Programmheft sorgfältig durchzulesen und sich rechtzeitig anzumelden.

Die Geschäfts- und Telefonzeiten der vhs-Geschäftsstelle finden Sie in diesem Heft auf Seite 5.

akademie
FÜR ÄLTERE

Kooperationspartner der Akademie für Ältere

- Akademie Frankenwarte Würzburg
- Anthroposophische Gesellschaft
- Arbeiterwohlfahrt (AWO), Kreisverband Wiesbaden e.V.
- Arbeitsgemeinschaft Wiesbadener Geriatrie (WIE-GE)
- Bundesverband Seniorentanz e.V.
- Caritasverband Wiesbaden e.V.
- Deutsches Rotes Kreuz (DRK)
- Deutsches Sozialwerk (DSW) e.V., Gruppe Wiesbaden
- Diakonisches Werk Wiesbaden
- Evangelische Erwachsenenbildung
- Evangelische Familienbildungsstätte
- Evangelische Paulusgemeinde
- EVIM, Evangelischer Verein für Innere Mission in Nassau e.V.
- Hochschule RheinMain
- Freiwilligenzentrum Wiesbaden e.V.
- Hospizverein Auxilium e.V.
- Initiative Wiesbadener Medienzentrum e.V.
- Katholische Erwachsenenbildung
- Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
- Landeshauptstadt Wiesbaden, Amt für Soziale Arbeit, Abt. Altenarbeit
- Leben Aktiv Bereichern – Lebensabendbewegung e.V., LAB-Gemeinschaft Wiesbaden
- Nachbarschaftshaus Wiesbaden e.V.
- Pro Familia
- Referat Kommunale Frauenbeauftragte
- Seniorenbeirat in der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Stadtbibliothek Wiesbaden
- Treffpunkt aktiv Adlerstraße
- Volksbildungsstätte Schierstein
- Volksbildungswerk Bierstadt e.V.
- Volksbildungswerk Klarenthal e.V.
- Volksbildungswerk Nordenstadt-Erbenheim-Delkenheim e.V.
- Volkshochschule AKK e.V.
- Volkshochschule Rheingau-Taunus e.V.
- Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Auftaktveranstaltung der Akademie für Ältere zum Jahresthema
»Chancen des Älterwerdens«
Samstag, 1. September 2012

11.00 – 12.30 Uhr Stadtverordnetensitzungssaal des Rathauses
Eröffnung und Begrüßung: Marianne Latsch
Grußwort: Oberbürgermeister Dr. Helmut Müller
Kabarettistische Einlage: »Agathe« (Maria Honrath)
Musikalische Begleitung:
Hartmut Boger, Kontrabass;
Peter Kahlenberg, Gesang;
Michael Linemann, Gesang, Gitarre, Ukulele;
Charlie Nägler, Keyboard.
Vortrag: Prof. Dr. Dr. Klaus Dörner, »Chancen des Älterwerdens«

11.00 – 13.30 Uhr Festsaal des Rathauses
Informationsstände der Kooperationspartner der Akademie für Ältere

Chancen des Älterwerdens

Veranstaltungen zum Jahresthema der Akademie für Ältere

…nicht der Anfang vom Ende – nur das Ende des Anfangs
Vom Altwerden in der Literatur
Das Alter – Teil eines jeden Menschenlebens und gleichzeitig Herausforderung für die Gesellschaft – ist seit Jahrtausenden ein großes Thema der Kunst.
In der aktuellen Literatur wird das Altwerden vielfach sehr differenziert dargestellt: nicht nur im Zeichen von Verlust und Defiziten, sondern auch als Lebensphase, in der Grenzen überschritten werden und neue Erfahrungen möglich sind.
Das Seminar wird sich mit einigen literarischen Texten zum »Altwerden« befassen, vor allem mit Daniel Kehlmanns Roman »Die Vermessung der Welt«, der das Thema in einen großen Zusammenhang stellt. Den zeitlosen (und ermutigenden) Hintergrund der uralten Problematik liefert die indianische Legende »Zwei alte Frauen«, erzählt von Velma Wallis.
Beide Texte bitte zum Seminarbeginn lesen! Die Lektüre weiterer Texte ist möglich, wenn die Gruppe es wünscht.
Texte: Daniel Kehlmann, die Vermessung der Welt. rororo Taschenbuch.
Velma Walis, Zwei alte Frauen. Piper Taschenbuch.
D20132 10,00 Ustd. 35,– €
5 Nachmittage, ab 11.9.2012
Di, 17:00 – 18:30 Uhr
Dr. Ulrike-Sofie Scholtz

»Friedlich und heiter ist dann das Alter«
Alter und Schönheit als Thema in Philosophie und Poesie
Älterwerden wird häufig einseitig als Abbauprozess gesehen: Die Kräfte lassen nach, die Attraktivität schwindet, die Schönheit wird grau und faltig, die Lebenslust versiegt…
An diesem Nachmittag wollen wir uns vergegenwärtigen, was in Philosophie und Poesie von der Antike bis zur Gegenwart über die schönen, attraktiven und kreativen Seiten des Älterwerdens gedacht und geschrieben wurde. Wir werden sehen: Älterwerden kann schön sein, wenn wir es in einer guten Balance von Aktivität, Kreativität und Muße gestalten.

Eine Kooperationsveranstaltung von vhs Wiesbaden und Leben Aktiv Bereichern (LAB).

Anmeldung bitte bei der LAB, Telefon (06 11) 30 04 97.
D11037V 2,67 Ustd. Eintritt frei
LAB, Karlstraße 27,
1 Nachmittag, 5.12.2012
Mi, 15:00 – 17:00 Uhr
Hartmut Boger

Politik

Politik am Nachmittag
Arbeitsgemeinschaft im Rahmen der Akademie für Ältere
Unser Alltag ist von den Auswirkungen politischer Entscheidungen in den verschiedensten Bereichen bestimmt. Bei Wahlen sind wir aufgefordert, am demokratischen Meinungs- und Willensbildungsprozess verantwortlich teilzunehmen. Dieser Gesprächskreis bietet die Möglichkeit einer intensiven Auseinandersetzung mit aktuellen politischen Themen. Gemeinsam werden wir Informationsquellen erschließen, vorhandene Informationsmöglichkeiten kritisch aufarbeiten und im Gespräch mit der Gruppe durch Vortragen der eigenen Argumente und aufmerksames Auswerten der Gegenpositionen an der individuellen Meinungsbildung arbeiten.
Die Themen werden gemeinsam in der ersten Sitzung festgelegt.
Dieser Kurs findet 14-täglich statt!
D12010 16,00 Ustd. 46,– €
vhs, Haus C
8 Nachmittage, ab 20.9.2012
Do, 15:15 – 16:45 Uhr
Hartmut Boger

Wiesbaden – wie hast du dich verändert!
Power-Point-Vorträge
von Georg Habs, Stadtarchiv
Seit Anfang des 19. Jahrhunderts hat sich in Wiesbaden ein stürmischer städtebaulicher Wandel vollzogen. Wie einschneidend die Veränderungen in den letzten 200 Jahren tatsächlich waren, verdeutlichen Fotografien, die bekannte Straßen und Plätze vor und nach wichtigen Eingriffen zeigen – und zwar aus dem gleichen Blickwinkel. Aha-Effekte ganz anderer Art ermöglichen die Entwürfe für Bauvorhaben, die nur knapp an der Verwirklichung scheiterten und bei ihrer Umsetzung das Gesicht Wiesbadens so gründlich verändert hätten, dass es heute kaum wieder zu erkennen wäre. Ein dritter kurzer Bilderreigen widmet sich dem Wandel der Moden, des Freizeitverhaltens und der Arbeitswelt.
Veranstalter: Akademie für Ältere, Volkshochschule Wiesbaden und Stadtarchiv. Der Eintritt ist frei!
D12025V
1 Nachmittag, 31.10.2012
Mi, 16:00 – 17:30 Uhr
Georg Habs

Ratgeber Geldanlagen, Recht

Geldanlagen für die Generation 50 Plus
Fragen und Antworten rund um Vermögensbildung und Kapitalverwendung für die Generation 50 Plus
Mit fortschreitendem Alter ändern sich Lebensziele, Wünsche und das persönliche Umfeld. All diese Dinge haben Einfluss auf Vermögensplanung und Kapitalverwendung. Auch Gesetzesänderungen wirken sich auf die finanzielle Situation aus.
Die wichtigsten Themen: Steueroptimierte Geldanlagen, Geldanlagen mit hoher Sicherheit, Erbschaft und Schenkung, Geldanlagen für Kinder und Enkel, Renten- und Lebensversicherung, Immobilien und Beteiligungen als Geldanlage, qualifizierte Beratung und Betreuung: Wo gibt es das? Der Referent, zertifizierter Finanzplaner und Portfolioverwalter, berichtet aus der Praxis.
Diese Veranstaltung ist eine erste Einführung; sie ersetzt kein persönliches Beratungsgespräch.
D14040 12,– €
1 Abend, 19.11.2012
Do, 18:00 – 21:00 Uhr
Ernst Rudolf

»Rente und Steuer – es wird teuer«
Was kann man als Steuerpflichtiger in der Erwerbsphase und in der Rentenphase dagegen tun? Anschaulich und verständlich vermittelt ein erfahrener Diplom-Betriebswirt und Steuerberater an diesem Abend die trockene Materie. Arbeitnehmer (bis hin zu rentennahen Jahrgängen), Rentner, Pensionäre, Selbständige als auch Steuerpflichtige, die mit Abfindungen rechnen, werden Hinweise erhalten, wie die Steuerlast zu reduzieren ist. Ferner wird thematisiert, welche Rentner aufgrund der zentralen Erfassung und Meldung aller Renten an die Finanzbehörden in das Fadenkreuz der Finanzämter geraten können (teilweise werden Einkommensteuererklärungen über Jahre angefordert, die Nachzahlungen auslösen können). Angesprochen werden auch die Themen Abzugsfähigkeit von Altersvorsorgeaufwendungen in der Erwerbs- und die Besteuerung in der Rentenphase.
D14050V 12,– €
1 Abend, 4.9.2012
Di, 18:30 – 20:00 Uhr
Jürgen Maifarth

Kopfrechnen wiederentdeckt
(Für Einsteiger)
Wussten Sie schon, dass es in alten Zeiten eine Kopfrechenmethode gab, die Lebenserfahrung, Erkenntnisse und Wissen aus anderen Bereichen einbezieht? Selbst Philosophisches wird alltagstauglich erfahrbar konkret. Wenn Sie Ihr Gedächtnis mal auf neue Art und Weise fit halten möchten, ist dies eine wunderbare Möglichkeit, dies mit Leichtigkeit, Freude und Humor zu tun. Erleben Sie in gemütlicher Runde diese bewährten Methoden – tauchen Sie ein in diese Welt der sinnhaften Verknüpfung.
Bitte mitbringen: Lebenserfahrung, Papier/Heft und Buntstifte.
D20546 35,– €
4 Nachmittage, ab 30.10.2012
Di, 15:00 – 16:30 Uhr
Elisabeth H. Freund, M.A.

Kopfrechnen
(Für Fortgeschrittene)
Wir erschließen uns weitere historische Methoden und genießen deren Leichtigkeit, Schönheit und Freude.
Bitte mitbringen: Lebenserfahrung, Papier/Heft und Buntstifte.
D20547 35,– €
4 Nachmittage, ab 27.11.2012
Di, 15:00 – 16:30 Uhr
Elisabeth H. Freund, M.A.

Erbrecht
Wollen Sie sicher gehen, dass Ihr Vermögen nach Ihrem Tod in die richtigen Hände gelangt? Nicht immer kommen bei der gesetzlichen Regelung diejenigen zum Zuge, die dem/der Erblasser/in besonders nahe standen. Das können Sie mit einem Testament oder einem Erbvertrag erreichen.
– Welche Rechte und Pflichten haben die Erben?
– Was gilt bei gesetzlicher Erbfolge?
– Wer kann Pflichtteilsansprüche geltend machen?
– Welche Steuerforderungen kommen im Erbfall auf Angehörige zu?
Die Referentinnen: Petra M. Müller , Fachanwältin für Familienrecht und Mediatorin BAFM; Ellen Weinges, Fachanwältin für Familienrecht
D13060 24,– €
2 Abende, ab 31.10.2012
Mi, 19:00 – 20:30 Uhr

Betreuungsrecht
Vorsorgevollmacht,
Betreuungs-/Patientenverfügung
Ein Überblick über das Betreuungsrecht und die Möglichkeiten, eine amtliche Betreuungsbestellung zu beeinflussen oder zu verhindern, denn ein Unfall, eine Krankheit oder eine altersbedingte Hilflosigkeit können jeden Menschen unerwartet treffen. Verlauf eines Betreuungsverfahrens, rechtliche Konsequenzen für den Betreuten, Aufgaben eines Betreuers, Unterschiede zwischen Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung und die jeweiligen Gestaltungsmöglichkeiten, Information über die zum 1. September 2009 neu geschaffenen gesetzlichen Rahmenbedingungen einer Patientenverfügung (medizinische Behandlung, Behandlungsbegrenzung und Pflege bei schwersten aussichtlosen Erkrankungen). – Die Referentin ist Fachanwältin für Ehe-/Familienrecht und Mediatorin BAFM.
D13050 12,– €
1 Abend, 5.11.2012
Mo, 18:30 – 20:00 Uhr
Petra Maria Müller

Sprachen

Informationen
zur Sprachberatung Seite 88

Englisch
je 30 Ustd. = 15 Vormittage à 90 Min.
Kursgebühr: € 95,– (8 – 15 TN)

Wir fangen noch mal an… (A1.1)
Next A1 Starter/Student's Package (Hueber)
Dieser Kurs ist nur für Teilnehmende ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen geeignet. Nutzen Sie unseren Beratungsservice!
D63092 ab 4.9.2012
Di, 10:30 – 12:00 Uhr
Anne Sadeghpour

Wir fangen noch mal an… (A1.3)
LB: Next A1 (Hueber) ab L. 9
Dieser Kurs ist genau das Richtige für Sie, wenn Sie früher schon einmal mit Englisch begonnen haben und Ihre Kenntnisse noch einmal von Grund auf erneuern möchten. (Beratung!)
D63093 ab 7.9.2012
Fr, 11:00 – 12:30 Uhr
Thomas Renziehausen

Wir fangen noch mal an…(A2.1)
Next A2.1 (Hueber) ab L. 1
Dieser Kurs ist genau das Richtige für Sie, wenn Sie schon einmal mit Englisch begonnen haben oder Ihre Kenntnisse noch einmal fast von Grund auf erneuern möchten. (Beratung!)
D63095 ab 7.9.2012
Fr, 9:00 – 10:30 Uhr
Anne Sadeghpour

Wir sind wieder dabei… (B1.3)
English Elements 3(Hueber) ab L. 9
Wenn Sie leichte Vorkenntnisse haben, sind Sie hier richtig. (Beratung!)
D63096 ab 4.9.2012
Di, 9:00 – 10:30 Uhr
Anne Sadeghpour

Wir sind immer noch dabei… (B1.3)
Next B1/1 (Hueber) ab L. 5
D63097 ab 7.9.2012
Fr, 11:30 – 13:00 Uhr
Uta Will

Wir sind ja immer noch dabei… (B1.4)
Elements Extra Course (Hueber) ab L. 3
D63098 ab 7.9.2012
Fr, 10:30 – 12:00 Uhr
Anne Sadeghpour

Wir sind ja immer noch dabei (B1/B2)
In Conversation II (Klett)
D63100 ab 4.9.2012
Di, 9:00 – 10:30 Uhr
Noel Dominic Owens

It's time to talk…!
Wir reden und diskutieren (A2/B1)
Listening and speaking practice for advanced learners.
D63101 ab 6.9.2012
Do, 11:00 – 12:30 Uhr
Noel Dominic Owens

Französisch

Table Ronde l'après-midi C1
Sprachkurs der Akademie für Ältere
Pour participants ayant un très bon niveau en français parlé.
Conversation sur des thèmes d'actualité, nous ne faisons pas de grammaire!
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D70065
ab 11.9.2012
Di, 15:00 – 16:30 Uhr
Nicole Fischer-Ouvry

Italienisch

Italienisch A2.3
Allegro A2 (Klett) L. 8 – 10
D71050
ab 3.9.2012
Mo, 10:30 – 12:00 Uhr
Dr. Simona Giannecchini

Italienisch A2
Voglia di parlare italiano?
Sie suchen eine Gelegenheit, Ihre Italienischkenntnisse zu festigen und zu verbessern? Allora benvenuti al nostro corso! Wir machen Übungen zur Erweiterung des Vokabulars, wiederholen Grammatik, und vor allem unterhalten wir uns über verschiedenste Themen.
Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
D71060
ab 5.9.2012
Mi, 10:30 – 12:00 Uhr
Dr. Jutta Mödlhammer-Zöller

Schreibwerkstatt

(Auto-) Biografisches Schreiben Schnupperkurs
Workshop für Anfänger und Schreib-Interessierte
Wie bringt man seine eigenen Lebenserinnerungen zu Papier? Für die Kinder und Enkel, oder vielleicht sogar für eine Buchveröffentlichung? Wie steigt man ein, wie behält man den »roten Faden« im Auge, wie setzt man Schwerpunkte? Im Seminar »(Auto-)Biografisches Schreiben« geben die Autoren Dr. Eva Wodarz-Eichner und Dr. Karsten Eichner Praxis-Tipps und zeigen anhand von Lebensbildern bekannter Persönlichkeiten, wie man die jeweiligen Charakteristika eines Menschen und seines Lebens herausarbeitet.
D20535 39,– €
1 Nachmittag, 15.9.2012
Sa, 14:00 – 18:00 Uhr
Dr. Eva Wodarz-Eichner, Kulturjounalistin und Buchautorin, Dr. Karsten Eichner

Dr. Eva Wodarz-Eichner ist freie Journalistin und Buchautorin mit dem Schwerpunkt kulturhistorische Themen. Seit vielen Jahren schreibt sie für den Wiesbadener Kurier. Gemeinsam mit ihrem Mann Dr. Karsten Eichner hat sie 2010 den Biographien-Band »Die großen Wiesbadener. Bürger, Badegäste und Berühmtheiten« veröffentlicht.

Prävention und Gesundheitsbildung

Beckenbodentraining

Ein schwacher Beckenboden kann Störungen verursachen, die die Betroffenen sehr belasten:
– Senkung von Gebärmutter und Blase
– unfreiwilliger Harnabgang (Inkontinenz)
– Einschränkung der sexuellen Empfindung

Inhalte dieses Kompaktkurses sind:
– Anatomie und Funktionsweise der Beckenbodenmuskulatur
– Möglichkeiten zur Entlastung des Beckenbodens im Alltag
– Kräftigungsübungen unter besonderer Berücksichtigung der Atmung
– Entspannung

Bitte bringen Sie ein Handtuch, warme, bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

D83410 8,00 Ustd. 38,– €
2 Wochenenden, 1./2.12. und 8./9.12.2012
Sa + So, 10:00 – 11:30 Uhr
Elke Bauer

Entspannung und Körpererfahrung

Progressive Muskelentspannung 50plus

Die progressive Muskelentspannung ist eine einfach zu erlernende und wirksame Entspannungsmethode zum gezielten Stressabbau. Das Wirkungsprinzip beruht auf der bewussten Anspannung und Entspannung einzelner Muskelgruppen. Das Verfahren ist leicht erlernbar und bringt im Vergleich mit anderen Methoden oft schnellere Erfolge. Die tiefe körperliche und psychische Entspannung tritt rascher ein und erhöht so die Motivation zum Üben. Sie lernen Ihre Entspannung gut zu spüren, um so den ganzen Körper zur Ruhe führen zu können. Effektive Kurzübungen runden das Entspannungsprogramm ab. Diese Methode ist besonders bei Schlafstörungen, Nervosität sowie Kopf- und Rückenschmerzen einsetzbar.
Die Dozentin ist Entspannungspädagogin.
Bitte warme, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

D84245 13,33 Ustd. 55,– €
8 Vormittage, ab 30.10.2012
Di, 11:00 – 12:15 Uhr
Christa Löber

Progressive Muskelentspannung und Autogenes Training im Sitzen

Sitzend auf dem Stuhl lernen Sie leichte Entspannungsübungen aus der Progressiven Muskelentspannung (PME) nach Jacobson und dem Autogenen Training (AT) nach Prof. Schultz.
PME – Sie erleben gezielt Entspannung durch das Loslassen der angespannten Muskulatur, AT – Sie entspannen mental mit Körper, Geist und Seele. Die Übungen im Sitzen lassen sich leicht in den Alltag übertragen.
Die Dozentin ist Entspannungspädagogin.
Bitte warme, bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

D84280 13,33 Ustd. 55,– €
8 Abende, ab 1.11.2012
Do, 17:00 – 18:15 Uhr
Christa Löber

Sanftes Yoga für Ältere

Yoga für Ältere ist sanftes Yoga mit einfachen Dehn- und Kräftigungsübungen. Bewegungsvariationen fördern die Beweglichkeit und Elastizität des Körpers.
Meditationen zur Beruhigung des Geistes fördern auch die Konzentration. Tiefenentspannung lehrt bewusstes Loslassen von Anspannung. Hindernisse im körperlichen Bereich werden durch Abwandlung der Übungen passend gemacht, sodass sie für jede/n durchführbar sind.
Bitte bequeme Kleidung, die Bewegungsfreiheit zulässt, und Wolldecke mitbringen.

D85330 24,00 Ustd. 69,– €
12 Vormittage, ab 7.9.2012
Fr, 10:30 – 12:00 Uhr
Gabi Schulte

Yoga für Ältere

Dieser Kurs richtet sich an ältere Teilnehmer/innen auf Anfängerniveau: leicht erlernbare Körperübungen, die auch auf dem Stuhl durchzuführen sind, sowie Konzentrations- und Entspannungsübungen aus dem Yoga sollen Körper und Geist als eine wunderbare Einheit spürbar machen – auch bei zunehmendem Alter! Die Übungen können sowohl verschiedene Beschwerden lindern als auch den Umgang damit erleichtern und zu einer positiven Sichtweise verhelfen.
Bitte bequeme Kleidung und warme Socken mitbringen.

D85335 30,00 Ustd. 86,– €
15 Vormittage, ab 3.9.2012
Mo, 9:30 – 11:00 Uhr
Ursula Owens

Sport und Bewegung

50plus – Die Älteren kommen

Ein gesundheitsförderndes Bewegungsangebot zur Wiedergewinnung natürlicher Körperhaltung und Bewegungsdynamik für
– Sportliche Anfänger/innen
– Sportliche Wiedereinsteiger/innen
– Geübte Sportler/innen und
– Lebenszeitsportler/innen,
die Spaß an einem Ganzkörper-Trainingsprogramm haben und einen besonderen Schwerpunkt auf die Zielsetzung »Gesundheitstraining« legen.
Das abwechslungsreiche Übungsprogramm beinhaltet Funktionsgymnastik mit dem Schwerpunkt Wirbelsäulengymnastik, Muskelkrafttraining (aktiv kontra Osteoporose), Koordination, Geistige Fitness, Haltungsschulung und Entspannung
Termine: 12.9., 19.9., 24.10., 31.10., 14.11., 21.11., 28.11., 5.12., 12.12., 19.12.2012, 9.1., 16.1.2013

D86050 24,00 Ustd. 57,– €
12 Vormittage, ab 12.9.2012
Mi, 9:00 – 10:30 Uhr
Marianne Meier

Fit im Alter

Entspannende Körperübungen für alle Senioren, die Freude an der Bewegung haben. Durch behutsame und sanfte Gymnastikübungen wird die Beweglichkeit erhalten und verbessert und der Alterungsprozess verzögert.
Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.
Termine: 12.9., 19.9., 24.10., 31.10., 14.11., 21.11., 28.11., 5.12., 12.12., 19.12.2012, 9.1., 16.1.2013

D86060 24,00 Ustd. 57,– €
12 Vormittage, ab 12.9.2012
Mi, 10:30 – 12:00 Uhr
Marianne Meier

Fit in den Herbst 50plus

Ganzheitliches Gymnastikprogramm mit Elementen aus Tanz, präventiver Rückenschule, Muskelkräftigung und Entspannung.
Mit schwungvoller Musik aktivieren wir das Herz-Kreislauf-System, schulen und kräftigen gezielt die Gesamtkörpermuskulatur, unterstützt durch Hanteln oder Rubberbänder. Durch Isolationsübungen fördern wir die Beweglichkeit und lösen Verspannungen. Mit leichter Dehnung und wohltuender Entspannung lassen wir die Stunde ausklingen.
Bitte Isomatte und Handtuch mitbringen.

D86090 21,67 Ustd. 57,– €
Adalbert-Stifter-Schule
13 Abende, ab 5.9.2012
Mi, 17:15 – 18:30 Uhr
Tatjana Battiste

Selbstverteidigung Ü50

In diesem Kurs werden ältere Menschen fit gegen Übergriffe von Fremden gemacht. Unter dem Motto »Selbstbehauptung ist der Beginn der Selbstverteidigung« soll Mut gemacht werden, sich ohne Angst in der Öffentlichkeit zu bewegen.
Selbstverteidigung ist eine Frage der Einstellung. Selbstbewusste Menschen können in der Lage sein, die Opferrolle bewusst zu verlassen und verbal klare Grenzen zu setzen. Sollte das nicht reichen, werden einfache, aber effektive Techniken benötigt, um sich körperlich zur Wehr zu setzen und die Situation »schlagartig« zu bereinigen. Die Teilnehmer/innen lernen Alltagsgegenstände (Stöcke, Schlüsselbund, Tasche) für den Selbstschutz zu benutzen. – Bitte bequeme Kleidung und Sportschuhe mitbringen.

D86970 8,00 Ustd. 39,– €
1 Tag, 3.11.2012
Sa, 10:00 – 17:00 Uhr
Mukatder Gül

Lebensgestaltung

Berufliche und persönliche Lebensgestaltung für 45- bis 55-Jährige

Die sogenannten »Best Ager« haben privat und beruflich schon vieles erreicht: Die Familie ist ein über die Jahre eingespieltes Team. Einige der Kinder haben schon einen eigenen Hausstand gegründet. Dies eröffnet die Möglichkeit, die Beziehung noch einmal ganz neu zu gestalten. Beruflich haben die Best Ager sich gut situiert und die Laufbahn hat ein Stadium erreicht, für das sie von anderen teilweise beneidet werden. Das kann aber noch nicht alles gewesen sein! Welche Perspektiven sind da noch möglich? Der Kurs gibt die Möglichkeit, das bisher Erreichte würdigend zu reflektieren und zu überlegen, welche Optionen bestehen, das Leben beruflich und privat zu gestalten.
(Ausführliche Beschreibung Seite 63)

D51020 12,00 Ustd. 110,– €
1 Samstag, 24.11.2012
Sa, 8:30 – 18:00 Uhr
Uwe Juli

EDV für Ältere

Wir arbeiten in unseren Kursen ausschließlich mit Windows 7 und Office 2010

Baustein 1: Erste Schritte am PC
Hier lernen Sie den allerersten Umgang mit dem PC und alles, was Sie drumherum so wissen sollten. Diesen Baustein sollten Sie als Grundlage der weiteren Bausteine auf jeden Fall besuchen:
– Den Computer und seine Bestandteile kennen
– Computermaus und -tastatur bedienen
– Die Bildschirmoberfläche und wesentliche Symbole kennen
– Programme öffnen und schließen

D53505A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 28.8.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53505B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 24.9.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

D53505C 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 6.11.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53505A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 29.1.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53505B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 11.3.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 2: Ordnung auf dem PC
Die ersten Schritte am PC sind gemacht, der Computer ist kein »Fremder« mehr für Sie. Wenn nur die Daten immer da wären, wo Sie es sich wünschen! Dateien »verschwinden« und sind unauffindbar? Sie verstehen Ihre eigenen Benennungen nicht mehr? Dann ist es Zeit, sich mit der Ordnung auf dem PC zu befassen:
– Dateien speichern und sinnvoll benennen
– Ordner erstellen, eine sinnvolle Ordnerstruktur anlegen, gut benennen
– Arbeiten mit dem Explorer
– Speichermedien: Disketten, CD, USB-Sticks

D53510A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 11.9.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53510B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 29.10.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

D53510C 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 20.11.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53510A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 12.2.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53510B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 8.4.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 3:
Texte bearbeiten mit Word
– Das Word- Anwendungsfenster: Aufbau und Handhabung
– Texteingabe und Korrektur
– Grundlegende Formatierungen (Zeichen, Absatz, Schrift u.ä.)
– Markieren, Kopieren und Verschieben von Text
– Dokumente speichern und drucken
– Rechtschreibungs- und Grammatikprüfung
– Hilfefunktion von Word
– Tabulatoren
– Nummerierungs- und Aufzählungszeichen

D53515A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 25.9.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53515B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 12.11.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53515A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 14.1.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53515B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 21.5.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53515C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 22.4.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 4:
Erste Schritte im Internet
In diesem Baustein lernen Sie alles rund ums Internet und seine Bedienung:
– Einen eigenen Internetzugang einrichten
– Internetseiten besuchen
– Eine eigene kostenlose E-Mail-Adresse einrichten
– E-Mails schreiben, versenden und erhalten
– Suchen und Finden im Internet: Suchmaschine Google
– Sicherheit im Internet

Vorkenntnisse: Besuch des Bausteins 1 oder vergleichbare Kenntnisse

D53520A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 30.10.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

D53520B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 3.12.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53520A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 4.3.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53520B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 13.5.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53520C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 15.1.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 5: Word Spezial
In diesem Baustein können Sie Ihre Word- Kenntnisse vertiefen und spezielle Anwendungen ausprobieren:
– Gestaltete Briefe schreiben
– Mehrseitige Texte erstellen (z. B. Reisebericht, Memoiren)
– Bilder in Texte einbauen
– Visitenkarten erstellen
– Gestaltete Einladungen schreiben

Vorkenntnisse: Besuch der Bausteine 1 und 3 für Ältere oder vergleichbare Kenntnisse

D53525A 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 1.10.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53525B 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 5.2.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53525C 8,00 Ustd. 52,– €
2 Nachmittage, ab 14.5.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 6: Internet Spezial
Im Internet gibt es viel zu entdecken! In diesem Baustein erhalten Sie einen Überblick über interessante Dinge:
– Es gibt nicht nur Google: Suchen, Finden und Nutzen von Informationen
– Einkaufen und Reisen buchen im Internet
– Ebay
– Facebook und Co, YouTube, Blogs und Kontaktbörsen
– Chat

Vorkenntnisse: Besuch der Bausteine 1 und 4 für Ältere oder vergleichbare Kenntnisse

D53530A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 5.11.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53530B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 28.1.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53530C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 28.5.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

Baustein 7:
Digital fotografieren und danach?
In diesem Baustein lernen Sie den professionellen Umgang mit Ihren selbstgeknipsten Fotos:
– Bilder auf den PC übertragen
– Bilder auf dem PC in ein selbst erstelltes Ablagesystem einordnen
– Bilder bearbeiten (mit einem kostenlosen Programm)
– Bilder ausdrucken
– Bilder auf CD/DVD brennen (zum Sichern, Weitergeben, Abspielen auf dem DVD-Player)
– Bilder für Versand per E-Mail verkleinern
– Ein Fotobuch erstellen und dieses und Fotos im Internet bestellen

Dieser Kurs vermittelt das Wissen anhand praktischer Übungen.
Voraussetzung: Besuch des Bausteins 1 oder vergleichbare Kenntnisse

D53700A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 10.9.2012
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

D53700B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 27.11.2012
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53700A 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 26.2.2013
Di, 13:45 – 16:45 Uhr

E53700B 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 8.4.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

E53700C 12,00 Ustd. 78,– €
3 Nachmittage, ab 10.6.2013
Mo, 13:45 – 16:45 Uhr

Kinder-Senioren-Uni
im Mehrgenerationenhaus

Termine 2012:

Freitag, 14. September 2012, 15:00 Uhr
„Geld, Mäuse und mehr“
Wie kam das Geld in die Welt
Alexander Michler, Wiesbadener Volksbank
Ort: Nachbarschaftshaus, Ludwig-Beck-Str. 1,
(Schulgebäude) Raum A6

Freitag, 30. November 2012, 15:00 Uhr
„Bin ich meines Glückes Schmied?“
Wege zum Glück - Glück für alle:
Kann man „Glück“ lernen?
Nicole Möhlenkamp Hessencampus Wiesb.
Ort: Rathausstraße 10, Saal

Die Kinder-Senioren-Uni

richtet sich an interessierte Menschen ab 8 Jahren. In den lebendigen Vorlesungen sollen wissenschaftliche und philosophische Themen auf kindgerechte Weise vermittelt werden, was auch für Erwachsene durchaus interessant ist. Die Vorlesungen sind nicht länger als 45 Minuten, im Anschluss daran können Fragen gestellt werden. Themenvorschläge für weitere Vorlesungen werden sehr gerne angenommen. Die Kinder-Senioren-Uni hat Referent/innen und Dozent/innen aus der Praxis.

Die Kinder-Senioren-Uni

ist ein Kooperationsprojekt des Mehrgenerationenhauses / Nachbarschaftshaus Wiesbaden e. V. mit der VHS Wiesbaden.und mit der LAB-Leben aktiv. Sie bereichert die südliche Innenstadt. Unterstützt wird das Projekt durch die Engagement-Lotsen Petra Thoms und Jürgen Janovsky.

Kommt und seht und macht mit!

Ein Dank geht an alle Vortragenden, die sich in diesem Projekt engagieren und wissenschaftliche, philosophische und allgemeinbildende Themen kindgerecht vorbereiten. Ebenso bedanken wir uns bei den örtlichen Unternehmen, die ihre Mitarbeiter für diese Vorträge freistellen und das Projekt teilweise auch finanziell mit unterstützen:
Wiesbadener Volksbank,
Hessencampus Wiesbaden

Wir suchen noch weitere„Dozenten / Referenten“ für unsere Vorlesungsreihe

Wenn Sie zu einem interessanten Thema referieren möchten, freuen wir uns über einen Kontakt.

Kinder-Senioren-Uni

Nachbarschaftshaus Wiesbaden e.V.,
Frau Gabriele Wegerich, Rathaussstraße 10,
65203 Wiesbaden-Biebrich, Tel.: 0611/9672120
senioren@nachbarschaftshaus-wiesbaden.de

Ein Programm liegt bei allen Kooperationspartnern aus!

Nachbarschaftshaus Wiesbaden e.V.,
Frau Gabriele Wegerich, Rathaussstraße 10,
65203 Wiesbaden-Biebrich, Tel.: 0611/9672120
senioren@nachbarschaftshaus-wiesbaden.de
in Kooperation mit Hartmut Boger,
Volkshochschule Wiesbaden e.V.
und Maria Honrath, LAB Wiesbaden

11 Jahre „Biebrich liest”

Menschen aus Biebrich lesen Texte ihrer Wahl

Veranstalter: Nachbarschaftshaus in Kooperation mit der Buchhandlung Pristaff, der Stadtbibliothek und der VHS

Biebrich liest: Donnerstag,
11. Oktober 2012, 19:00 – 21:00 Uhr
Ort: Nachbarschaftshaus, Ludwig-Beck-Str. 1,
(Schulgebäude) Raum A6

Biebrich liest: Mittwoch,
5. Dezember 2012, 19:00 – 21:00 Uhr
Es lesen u. a.: Michaela Loreth-Schädle,
Ort: Stadtbibliothek Biebrich,
Rudolf-Dyckerhoff-Str. 10

Hier haben wir unsere Kurse und Seminare für junge Leute so zusammengefasst, dass ihr nicht lange im Programmheft nach speziellen Veranstaltungen für euch suchen müsst.

Es lohnt sich aber auch im Programm weiterzublättern, denn bei den meisten unserer Angebote haben wir Ermäßigungen für Schüler und Schülerinnen, Studierende, Zivil- und Wehrdienstleistende und Auszubildende eingeführt.

Ob für Schule oder Freizeit – es ist für alle was dabei.

Wir wünschen viel Spaß beim Aussuchen und freuen uns auf viele junge Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

junge vhs

© 2005 Sebastian Görner / PIXELIO

Computer und Internet

10-Finger-Tastschreiben für Kinder und Jugendliche 8 – 14 Jahre (Superlearning)

Mögt ihr lustige Geschichten, Musik und Rhythmus? In diesem Kurs werdet ihr erleben, wie man auf einfache Weise ganz schnell lernen kann und dabei jede Menge Spaß hat. Ganz ohne Stress werdet ihr so innerhalb kürzester Zeit die Tasten eures Computers bedienen, ohne einmal hinzuschauen. Das glaubt ihr nicht? Lasst euch überraschen, es funktioniert!
Der Kurs richtet sich an Kinder und Jugendliche von 8 bis14 Jahren.
Bitte Buntstifte (rot, gelb, grün und blau) Bleistift und Radiergummi mitbringen!

D95601A 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 30.7.2012
Mo – Do, 9:00 – 10:30 Uhr
Margit Allgeier

D95601B 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 30.7.2012
Mo – Do, 10:45 – 12:15 Uhr
Margit Allgeier

D95601C 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 9.7.2012
Mo – Do, 9:00 – 10:30 Uhr
Margit Allgeier

D95601D 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 9.7.2012
Mo – Do, 10:45 – 12:15 Uhr
Margit Allgeier

D95601E 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 22.10.2012
Mo – Do, 10:45 – 12:15 Uhr
Margit Allgeier

D95601F 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 15.10.2012
Mo – Do, 9:00 – 10:30 Uhr
Margit Allgeier

D95601H 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 22.10.2012
Mo – Do, 9:00 – 10:30 Uhr
Margit Allgeier

D95601I 8,00 Ustd. 75,– €
4 Vormittage, ab 15.10.2012
Mo – Do, 10:45 – 12:15 Uhr
Margit Allgeier

Sicherer Umgang mit dem Internet für Jugendliche (ab 12 Jahre)

Das Internet hat seit der 80er Jahre nicht nur die Welt verändert, sondern ist aus dem Leben nicht mehr wegzudenken. Die in diese Welt Hineinwachsenden sollen zu selbstbestimmten und kritischen Nutzern werden. In diesem Kurs werden dazu folgende Fragestellungen behandelt und Experimente durchgeführt:
Internet-Technik:
– Was passiert überhaupt beim Herumklicken im Browser und wie funktioniert das Internet?
– Welche verschiedenen Internet-Dienste gibt es?
Personen- und Datenschutz:
– Wie gehe ich kritisch und verantwortungsvoll mit Diensten um und wie schütze ich meine Person und Daten?
Internetrecherche:
– Wie finde ich effizient im Internet-Jungle verlässliche Informationen?
Datendownload und Urheberrechte:
– Was darf ich herunterladen und wie darf ich es verwenden?
– Was muss ich bei der Gestaltung einer Internetseite beachten?
Vorkenntnisse: Basiskenntnisse eines Betriebssystems, z.B. Windows und solche zur Internetanwendung.
Sigrid Hess ist Dipl.- Geographin und Dozentin.

D95800 8,00 Ustd. 95,– €
2 Nachmittage, ab 3.11.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Sigrid Hess

Netzwerktechnik
für Jugendliche (ab 12 Jahre)
In diesem Kurs lernt Ihr, wie Euer PC in ein Netzwerk kommt, wie Ihr zuhause mit mehreren Computern ein Netzwerk einrichtet und dieses dann administriert. Was passiert hinter diesem »Router«? Seid Ihr damit sicher oder kann jeder Eure Daten auf Eurem PC lesen? Wir schauen uns die Computer und den Router näher an und richten eine »Firewall« ein, um uns zu schützen und lassen unsere PC miteinander kommunizieren. Selbst verständlich klären wir auch die große Frage der Sicherheit im WLAN.
– IP-Adressen, Netzwerkprotokolle
– LAN-Verkabelung und Netzwerkkomponenten
– Grundlagen WLAN – Aufbau und Funktionsweise
– Firewall, Virenschutz und Authentifizierung
– Verschlüsselung und sichere Passwörter
Netzwerkeinrichtung
– Computer miteinander verbinden
– Einrichtung eines Netzwerkdruckers
– Freigabe von Ordnern, Dateien und Ressourcen
– Einrichtung von Zugriffsberechtigungen
– Einrichtung von WLAN – Router und Endgeräte
– DSL-Einrichtung und Verbindungsherstellung
D95850 12,00 Ustd. 95,– €
3 Nachmittage, ab 24.11.2012
Sa, 14:00 – 17:15 Uhr
Alexander Krenz

PC-»Führerschein«
für Kinder (ab 8 Jahre)
Neue Medien prägen immer mehr den Alltag von Kindern und Jugendlichen. Lernen mit dem Computer ist auch in und für die Schule zu etwas Selbstverständlichem wie Schultafel und Kreide geworden. In diesem Grundkurs werden Kinder gezielt auf diese Herausforderung vorbereitet. Neben einem soliden Grundlagenwissen im Umgang mit dem Computer und dem Betriebssystem liegt der Schwerpunkt auf der Anwendung wichtiger Aspekte der Officeprogramme:
– Aufbau und Funktionsweise eines Computers
– Umgang mit Windows: Ordnung und Übersicht behalten
– Schreiben und Formatieren mit Word
– Schreiben und Gestalten mit PowerPoint
– Gestalten mit Paint
D95900 12,00 Ustd. 95,– €
3 Nachmittage, ab 22.9.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Alexander Krenz

PC-»Führerschein«
für Kinder (ab 8 Jahre)
Aufbaukurs
Schwerpunkt – E-Mail
– Wie schreibe und bearbeite ich eine E-Mail richtig?
– Wie kann ich eine persönliche E-Mail Signatur hinzufügen?
– Wie kann ich Dateien (andere Formate und Bilder) verschicken?
Hausarbeiten und Aufsätze werden mit Word nicht nur digital aufs Papier gebracht, sondern werden auch für Schüler und Lehrer zu wichtigen Dokumenten, die jederzeit ausgedruckt und bearbeitet werden können.
Schwerpunkt – Word
– Wie gestalte und formatiere ich ein Word-Dokument?
– Wie fertige ich ein Inhaltsverzeichnis und ein Glossar an?
– Wie bearbeite ich Texte und Bilder in Zeitschrift Format?
Bilder sagen mehr als tausend Worte! So können Fotos oder Illustrationen mit Bildbearbeitungsprogrammen für eigene Wünsche und Zwecke angepasst und gestaltet werden.
Schwerpunkt – Gimp
– Wie kann ich Bilder verändern (Farbe, Größe,…)?
– Welche Werkzeuge brauche ich, um ein Bild zu bearbeiten (Ausschneiden, Malen,…)
– Wie kann ich ein Bild professionell retuschieren (Hintergrund ändern, Objekte ändern,…)?
In einer Abschlussarbeit kannst du das Gelernte unter Beweis stellen und selbst dein eigenes Comic oder deinen persönlichen Jahreskalender erarbeiten.
D95901 20,00 Ustd. 145,– €
5 Vormittage, ab 15.10.2012
Mo – Fr, 9:00 – 12:00 Uhr
Alexander Krenz

Graphisches Programmieren
mit Python (ab 12 Jahre)
Diese Einführung in Python zeigt Euch, wie ihr der dunklen Seite des wehrlosen Herumklickens am Computer entfliehen und zur hellen Seite der Macht, der magischen Zauberei des Programmierens gelangen könnt. Dabei entführt Euch eine Zeichenschildkröte über phantasievolle Computerzeichnungen in die Welt erster, eigener Computerprogramme.
Auf spielerische Weise werdet Ihr in das »Programmier-Denken« hineingeführt und lernt dabei anschaulich die wichtigsten Grundelemente mit Hilfe graphischer Unterstützung durch die Zeichenschildkröte Turtle:
– Wie funktioniert die »Python-Turtle«? – Erste, interaktive Zeichenschritte
– Vertiefende Zeichenschritte der Zeichen-Turtle aus ersten Quelldateien
– Figur-Phantasien durch Wiederholungen und Fallunterscheidungen
– Anwendung von Kontrollstrukturen zum Entwickeln einfacher Bildschirmanimationen
Zielgruppe: Programmieranfänger ohne Programmierkenntnisse, die Programmierung in ersten Ansätzen verstehen und erlernen möchten.
Als Vorkenntnisse sind keine Programmierkenntnisse nötig, jedoch Basis- Kenntnisse im Umgang mit dem PC und einem Betriebssystem.
Sigrid Hess ist Dipl.- Geographin und Dozentin.
E95700 12,00 Ustd. 95,– €
3 Nachmittage, ab 19.1.2013
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Dr. Sigrid Hess

Meine eigene Webseite
(ab 12 Jahre)
In diesem Kurs lernt Ihr, auf einfache und doch effektvolle Weise eine eigene Homepage zu basteln und diese auch ins Netz zu stellen:
– Aufbau einer Website
– Funktionsweiser einer Navigation
– Übersicht zu Werkzeugen und Editoren
– Textattribute, Farben und Formatierungen
– Erstellen von Tabellen, Containern, Listen, Links etc.
– Einfügen von Bildern und Grafiken
– Registrierung einer Domain (.de/.com etc) und Webspace
– Einrichten eines FTP-Zuganges
– Upload von Dateien auf den Webserver
E95910 12,00 Ustd. 95,– €
3 Nachmittage, ab 12.1.2013
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Alexander Krenz

Gestalten

Lasst uns den Goldenen Schnitt entdecken!
(8 – 12 Jahre)
Hierbei handelt es sich nicht um ein Schnittmuster. Der Goldene Schnitt ist eine Art Bauplan der Natur. Wir entdecken und erforschen ihn im Pflanzen- und Tierreich, in der Kunst und Architektur. Dazu wird gebastelt, es gibt eine Exkursion und wir werden viel Spaß haben!
Bitte Papier, Schere und Klebstreifen mitbringen.
D938090 16,00 Ustd. 49,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
4 Vormittage, ab 16.10.2012
Di – Fr, 9:30 – 12:30 Uhr
Elisabeth H. Freund M.A.

Keramik für Kinder
(6 bis 12 Jahre)
An diesen drei Vormittagen in den Herbstferien formen wir aus Ton verschiedenste Tierfiguren: Igel, Mäuse, Katzen, Elefanten, Dinosaurier… auch Menschen können wir formen oder Fantasiefiguren. Wir wollen dabei den Ton und seine Eigenschaften kennen lernen, ebenso die Strukturen, die man durch Eindrücken oder Aufsetzen erhält.
Gebühr inklusive Materialkosten.
D938100 12,00 Ustd. 40,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
3 Vormittage, ab 15.10.2012
Mo – Mi, 9:30 – 12:30 Uhr
Sabine Rosenbach

Malen und Zeichnen

Workshop in den Sommerferien: Malen auf Staffeleien (7 – 13 Jahre)
In der ersten Ferienwoche malen Schulkinder ihre Geschichten auf Leinwand und Papier. Diesmal geht es hierbei rund um das Thema Stadt und Häuser, aber auch Fotos von Tieren und Landschaften können euch zur Anregung dienen. Ihr könnt auch selbst Fotos mitbringen! Im Anschluss an den Kurs ist eine Ausstellung mit Vernissage geplant! Materialkosten je nach Verbrauch (ca. € 10,–) werden von der Kursleiterin eingesammelt. Bitte 6 Leinwände unterschiedlicher Größe selbst mitbringen.
D938185 20,00 Ustd. 69,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
5 Vormittage, ab 2.7.2012
Mo – Fr, 9:30 – 12:30 Uhr
Angelika Dautzenberg

Malen für Kinder im Vorschulalter (4 – 7 Jahre)
Aus Kindern in diesem Alter sprudeln die Ideen von selbst. Sie benötigen beim Umgang mit Pinsel und Farbe Unterstützung. Zur Erweiterung des Malerlebnisses wird mit Sand und Gips experimentiert, für die Schulung der Feinmotorik werden Materialien verarbeitet (Steinchen, Blätter, Schnipsel).
Bitte mitbringen: Schulmalblock (etwas festeres Papier), Pappe, Deckfarben, Schere, Pinsel verschiedener Stärken, Malkittel, zwei Wassergläser, Kleinigkeit zu essen. Materialumlage über 3,– € bitte am ersten Kurstag mitbringen.
D938070 12,00 Ustd. 55,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
6 Nachmittage, ab 6.9.2012
Kein Unterricht am 27.9.2012!
Do, 15:30 – 17:00 Uhr
Petra von Breitenbach

Manga-Zeichnen für junge Einsteiger (8 – 14 Jahre)
Mögt ihr Mangas? – Dann zeichnet eure Mangas doch selbst! Es ist nicht so schwer: Die Gesichter und ihr charakteristischer Ausdruck, die Körper und ihre speziellen Haltungen sind leicht zu erlernen in einfachen Schritt-Folgen.
Bitte mitbringen: Layoutblock DIN A4, weichen Bleistift, Stabilo point 88 0,4 schwarz, Radiergummi und, wenn vorhanden, Farbstifte.
D938080 16,00 Ustd. 49,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
4 Vormittage, ab 23.10.2012
Di – Fr, 9:30 – 12:30 Uhr
Nesrin Schlempp-Ülker

Workshop in den Herbstferien: Bildergeschichten zeichnen (8 – 12 Jahre)
Die Kinder erfinden gemeinsam eine Geschichte. Um die Fantasie anzuregen und zu interessanten Formerfindungen zu kommen, wird vorher das blinde Zeichnen erlernt. Die charakteristischen Bildmittel des Comic und der Karrikatur fließen als Anregung mit ein.
Bitte mitbringen: großen Zeichenblock, Bleistifte verschiedener Härtegrade, Buntstifte, Radiergummi, Schere, Klebstift und schwarzen Stabilostift.
D938121 20,00 Ustd. 69,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
5 Vormittage, ab 15.10.2012
Mo – Fr, 10:00 – 13:00 Uhr
Petra von Breitenbach

LANDESHAUPTSTADT

www.wiesbaden.de

Anzeige

Musik

Blockflöten
Ein Musikinstrument lernen? Ganz leicht! (6 – 10 Jahre)
Ihr Kind möchte ein Musikinstrument erlernen? Kein Problem! Die Blockflöte bietet einen wundervollen Einstieg in das Musizieren und hilft dabei zu entscheiden, ob ein Instrument das richtige für Ihr Kind ist. Im wöchentlichen Gruppenunterricht lernen die Musikschüler Ton für Ton das Musizieren auf der Blockflöte. Spielerisch werden sich schnell die ersten Fortschritte ergeben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ein Übungsbuch sowie die Blockflöte werden vom Kursleiter besorgt.
D938112 8,00 Ustd. 52,– €
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
8 Nachmittage, ab 18.9.2012
Di, 17:00 – 17:45 Uhr
Christoph Geibel

Natur

Wildlife
Erfahrungsfeld Fasanerie für Kinder/Jugendliche (10 – 14 Jahre)
Sich in der Natur zurecht zu finden mit einfachen Mitteln, das ist Thema unserer Woche. Gemeinsam werden wir uns vieles, was wir brauchen, mit Naturmaterialien selber bauen. Dabei werden wir auch etwas über das Leben unserer »wilden Mitbewohner« in der Fasanerie erfahren. Bitte Verpflegung, wettergerechte Kleidung, festes Schuhwerk und ein Taschenmesser sowie Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, mitbringen!
D989100 23,33 Ustd. 49,– €
Fasanerie Klarenthal, Treffpunkt Haupteingang
5 Vormittage, 2.7. – 6.7.2012
Mo – Fr, 9:30 – 13:00 Uhr
Christian Klaproth

Fotografie: Gabriela Mehl/pixelio.de

Nähen

Kreativer Nähkurs
für Kinder (ab 10 Jahre)
In diesem Kurs können Kinder den Umgang mit der Nähmaschine erlernen und dabei ihre kreativen Ideen spielerisch zum Ausdruck bringen. Genäht werden kleine Zauber- und einfache Umhängetaschen, Lieblingskissen oder Accessoires für Puppe und Kuscheltier. Sogar den ersten selbst genähten Rock mit Gummizug können die Kinder mit etwas Übung verwirklichen. Ziel des Kurses ist es einerseits, den kleinen Teilnehmer/innen die Freude am Gestalten zu vermitteln, anderseits in das Material »Stoff« und die Basistechnik des Nähens einzuführen, wobei das Erfolgserlebnis, »was Eigenes geschaffen zu haben« im Vordergrund steht. Am ersten Nachmittag wird eine einfache Umhängetasche oder ein Turnbeutel genäht. Nähmaschinen sind vorhanden.
Die Dozentin ist Schneiderin und Diplom-Modedesignerin FH.
D989055 16,00 Ustd. 62,– €
4 Nachmittage, ab 15.9.2012
Sa, 14:00 – 17:00 Uhr
Ariane Höfer

Rhetorik

Rhetorik
für Kinder und Jugendliche Frei reden und überzeugend präsentieren
Nicht nur Erwachsenen, gerade auch Kindern und Jugendlichen fällt es schwer, in Schule und Öffentlichkeit selbstsicher aufzutreten und frei zu reden. Viele Kinder/Jugendliche arbeiten aufgrund ihrer Hemmungen im Unterricht nicht mit, halten schlechte Referate und/oder fertigen Hausarbeiten ungenügend an. Ziel des Seminars ist es, Strategien mit den Kindern und Jugendlichen einzuüben, die es ihnen erlauben, frei zu reden und Standpunkte überzeugend zu präsentieren. Im theoretischen Teil des Seminars erlernen die Teilnehmer/innen, wie man eine Rede/einen Standpunkt inhaltlich aufbaut. Dazu gehören Techniken wie der Dreisatz, der Fünfsatz, Einbau von W-Fragen, Gliederungsstrategien, Einwandbehandlung. Im praktischen Teil des Seminars tragen die Teilnehmer/innen dann eine kleine Rede vor. Dabei werden stimmliche und sprachliche Mittel eingeübt und Körperhaltung, Gestik und Mimik in ihrer Wirkung auf die Zuhörer besprochen. Die Dozentin ist Dipl.-Psychologin und Dipl.-Pädagogin und arbeitet im schulischen Bereich. Das Seminar ist für 2 Tage vorgesehen, damit die Kinder/Jugendlichen Gelegenheit haben, eigene Erfahrungen mit dem Gelernten zu sammeln und diese im 2. Teil zu besprechen.
Bitte zum 1. Termin Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, und Schreibmaterial (Papier + Stift) mitbringen!

Rhetorik für Kinder und Jugendliche (10 – 13 Jahre)
D989230 12,00 Ustd. 59,– €
2 Samstage, ab 10.11.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

Rhetorik für Jugendliche (ab 13 Jahren)
D989240 12,00 Ustd. 59,– €
2 Samstage, ab 1.12.2012
Sa, 13:30 – 18:00 Uhr
Dr. Annette Böttcher

Spiele

Schach – ein schönes Spiel!
Workshop für Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren
Wer gern mal sehen möchte, wie Schach gespielt wird und ob ihm/ihr das vielleicht auch Spaß machen könnte, der soll doch mal zum Schach-Kinderkurs kommen und staunen, wie interessant dieses Spiel sein kann.
Wir machen euch mit dem Wert und den Zugmöglichkeiten der Figuren bekannt und zeigen euch, wie man das Spiel eröffnet und zum Schluss den Gegner matt setzt. Weiterhin werden euch auch lustige Schachkombinationen, Schachfallen und Reinfälle und der richtige Umgang mit Computerschachprogrammen gezeigt. Für die schon geübten Spieler wird am Schluss des Schachkurses ein kleines Simultanturnier durchgeführt. Bei schönem Wetter werden wir die Freiluftschachanlage des SV Blau-Gelb Wiesbaden auf dem Sportplatz »Rheinhöhe« besuchen. Vor Beginn des Kurses erhält jede/r Teilnehmer/in Begleitmaterial zu den Übungen. Auf euer zahlreiches Erscheinen freut sich schon der Schachlehrer.
D938095 12,00 Ustd. 52,– €
3 Vormittage, ab 23.10.2012
Di-Do, 9:30 – 12:30 Uhr
Hans-Peter Jakob, Dipl.Ing.

Sport und Entspannung

Yoga für Kinder
(6 – 10 Jahre)
Yoga kann auch Kindern zu mehr Konzentration und Ausgeglichenheit verhelfen. Die Freude des Kindes steht in diesem Kurs im Mittelpunkt – von hier aus werden über Geschichten, Phantasiereisen, Musik und mit viel Spaß und Spiel einige der wichtigsten Yogaübungen sowie einfache, kindgerechte Atem- und Entspannungstechniken vermittelt. Dieser Kurs eignet sich nicht für Kinder, die unter starken Unruhezuständen leiden.
Bitte zum 1. Termin Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, mitbringen!
D989110 8,00 Ustd. 37,– €
6 Nachmittage, ab 29.10.2012
Mo, 16:00 – 17:00 Uhr
Ursula Owens

Chill-out-Workshop
für Jugendliche (12 – 14 Jahre)
Yoga und Entspannung
In diesem Workshop könnt ihr verschiedene Entspannungs- und Energieaufladeübungen sowie konzentrationsfördernde Techniken und Tipps aus dem Yoga erlernen, die euch helfen, dem Schulstress oder auch anderen typischen Alltagsherausforderungen besser zu begegnen. Vorkenntnisse oder Sportlichkeit sind nicht erforderlich – aber es hilft, wenn die Bereitschaft da ist, sich auf etwas Neues einzulassen. Wenn ihr also vor den Weihnachtsferien noch mal so richtig euer System auftanken wollt, dann zögert nicht lange – meldet euch an! Ihr werdet es nicht bereuen, denn Spaß macht das Ganze auch!
Bitte Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, mitbringen!
D989120 4,67 Ustd. 23,– €
1 Tag, 15.12.2012
Sa, 10:00 – 13:30 Uhr
Ursula Owens

Selbstverteidigung
für Jugendliche (ab 13 Jahre)
Jugendliche sind oft mit ganz anderen Problemen als Erwachsene konfrontiert. Wie verhalte ich mich, wenn man mir meine Jacke oder mein Handy abnehmen will? Wie reagiere ich auf Provokationen in der Disco? Wie kann ich mich gegen Tätlichkeiten zur Wehr setzen? Solche und ähnliche Fragen beantwortet dieser Kurs. Die Jugendlichen lernen, wie sie sich gezielt verteidigen können und sich elegant aus schwierigen Situationen zurückziehen können.
Bitte normale Sportbekleidung sowie Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, mitbringen.
D989360 5,33 Ustd. 22,– €
Fudochi Dojo, Waldstraße 95
4 Nachmittage, ab 31.10.2012
Mi, 16:00 – 17:00 Uhr
Rolf Schoffers

Tennis-Feriencamp
(5 – 14 Jahre)
Eine optimale Möglichkeit für »Kids«, die Ferienzeit sinnvoll zu verbringen? Das Feriencamp im VITIS Wiesbaden!
Mit vielen Spielen und kleinen Wettkämpfen werdet ihr spielerisch an die faszinierende Sportart Tennis herangeführt werden. Im Vordergrund des Camps steht das Sammeln von vielfältigen Bewegungserfahrungen und die Schulung der motorischen Grundeigenschaften Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit und Kraft. Spaß und Freude kommen aber keinesfalls zu kurz. Hockeyspielen und Schwimmen stehen ebenfalls auf dem Programm. Geleitet werden die Aktivitäten von einem qualifizierten Trainer- und Betreuerteam. Ihr werdet auch viele neue Freunde und Freundinnen kennen lernen!
Gemeinsames Mittagessen jeweils von 12.00 bis 13.00 Uhr.
Tennisschläger und -bälle können von Vitis zur Verfügung gestellt werden.
Bitte zum 1. Termin Telefonnummer, unter der die Eltern erreichbar sind, mitbringen und helle Hallensportschuhe mit wenig Profil!

Sommerferiencamp I
D989416 33,33 Ustd. 158,– €
VITIS-Tennis-Center
5 Tage, 2.7. – 6.7.2012
Mo – Fr, 10:00 – 15:00 Uhr

Sommerferiencamp II
D989417 33,33 Ustd. 158,– €
VITIS-Tennis-Center
5 Tage, 23.7. – 27.7.2012
Mo – Fr, 10:00 – 15:00 Uhr

Sommerferiencamp III
D989418 33,33 Ustd. 158,– €
VITIS-Tennis-Center
5 Tage, 6.8. – 10.8.2012
Mo – Fr, 10:00 – 15:00 Uhr

Herbstferiencamp
D989419 33,33 Ustd. 158,– €
VITIS-Tennis-Center
5 Tage, 15.10. – 19.10.2012
Mo – Fr, 10:00 – 15:00 Uhr

Weihnachtsferiencamp
E989420 33,33 Ustd. 158,– €
VITIS-Tennis-Center
5 Tage, 7.1. – 11.1.2013
Mo – Fr, 10:00 – 15:00 Uhr

Sprachen

Hola, qué tal?
Spanisch für Kinder und Jugendliche von 11 – 13 Jahren A1
Habt ihr Lust, in den Sommerferien neue Freunde und eine neue Sprache kennen zu lernen? Wir reisen mit euch nach Spanien und Südamerika! In einer kleinen Gruppe entdeckt ihr neue Länder und könnt anderen erzählen, wer ihr seid und was ihr macht. Vielleicht schickt ihr sogar eine E-Mail oder Postkarte auf Spanisch nach Hause? Verbringt bei uns eine spannende Sommerferienwoche, garantiert kein Schulstress!
C978010 10,22 Ustd. 65,– €
ab 2.7.2012
Mo-Do, 10:00 – 12:00 Uhr
Gloria Rios de Scheller

Ciao Bambini!
Italienisch für Kinder von 8 -10 Jahren A1, Neu!
Für Kinder ohne oder mit ganz geringen Vorkenntnissen in Italienisch.
Habt ihr Lust, in den Sommerferien Italienisch zu lernen? Wir lernen und spielen in einer kleinen Gruppe, zwischendurch gibt's eine Pause, die wir auch zusammen verbringen. Eine spannende italienische Sommerferienwoche, garantiert kein Schulstress!
Mit Kinderreimen, Liedern, Lernspielen, Musik und viel Spaß werdet ihr sehr schnell und einfach Italienisch sprechen können!
Programm: Sich begrüßen, sich vorstellen und verabschieden, Farben, Zahlen, Jahreszeiten, Freizeit& Hobbies: Spiele, am Strand, Essen und Trinken. Kursmaterial wird im Unterricht bekannt gegeben
Beratungstermin für Eltern:
Di., 26.6.20012, 18:Uhr
C978020 20,00 Ustd. 100,– €
ab 9.7.2012
Mo – Fr, 9:30 – 12:30 Uhr
Monica Brochetta-Nestola

Sprachkurse für Vor- und Grundschulkinder
Gemeinsam entwerfen wir eine Fantasiewelt, in der uns Elfen Kobolde und andere Fabelwesen mit der »Englischen Sprache« vertraut machen. Viel Spaß dabei!
Bitte mitbringen: Malstifte, Bastelschere und Klebestift.
Die Anmeldung für »neue« Kinder ist erst nach dem Info-Treff am Donnerstag, den 13.9.2012, 16:00 Uhr, vhs-Haus A, Raum A-113 möglich.
10 Nachmittage à 60 Min.
Gebühr: 100,– €.
(Gruppengröße: 6-10 Kinder)

Englisch für Vorschulkinder (4 -6 Jahre)
»Harry and Friends« – das kleine Gespenst lebt mit seiner Familie in einem alten Schloss im Norden Englands. Bald ist »Halloween« – und Harry kann immer noch nicht richtig spuken… Lasst euch einfach mal überraschen!
Bitte Malstifte, Bastelschere und Klebestift mitbringen!
Infotermin für »neue« Kinder/Eltern: 13.9.2012, 16:00 Uhr, vhs-Haus A, Raum A-113
Ich berate Sie gerne und stelle Ihnen meine Unterrichtsmethode genauer vor.
D978011
ab 20.9.2012
Do, 15:00 – 16:00 Uhr
Ute Schwärzel

Spielerisch Englisch lernen für Schulkinder (ab 7 Jahre)
»What's up?«
Für Schulkinder mit Grundkenntnissen
Englisch lernen ohne Grammatik pauken und Vokabelstress! Selbständiges Lernen und Entdeckerfreude stehen im Vordergrund. Viel Spaß dabei! Bitte Malstifte, Bastelschere und Klebestift mitbringen!
Infotermin für »neue« Kinder/Eltern: 13.9.2012, 16:00 Uhr, vhs-Haus A, Raum A-113
Ich berate Sie gerne und stelle Ihnen meine Unterrichtsmethode genauer vor.
D978012
ab 20.9.2012
Do, 16:00 – 17:00 Uhr
Ute Schwärzel

Wichtiger Hinweis:
Bitte geben Sie Ihr Kind direkt bei der Lehrerin ab und holen Sie es dort auch wieder ab! Bleiben Sie bitte während des Unterrichts in der Nähe, falls Ihr Kind Sie braucht!

Juni 2012

11.06. Mo 18:00
C24035 Anmeldung bei der vhs erbeten
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
Die Wiesbadener Musikbibliothek stellt sich vor
Claudia Monien gebührenfrei

13.06. Mi 19:30
C83780 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Chinesische Medizin
2000 Jahre alte Heilkunst aus dem Reich der Mitte
Dr. med. Wolfgang Scherpf 10,– €

13.06. Mi 19:00
C20080 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Stadtteilbibliothek Biebrich,
Rudolf-Dyckerhoff-Str. 10
Biebrich liest
Moderation: Karl Reinhard Friebe
gebührenfrei

15.06. Fr 18:30
C20560 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Jordanien – Kultur & Kulinarik
Iris Fuhr-Schmitt 32,– €
(inkl. Speisen und Getränken)

15.06. Fr 19:30
C11220V Anmeldung: Lutherkirchengemeinde, Telefon (06 11) 8 90 67 30
Lutherkirche
Christliche Lebenskunst 2: Aufbrechen und Innehalten
6,– €

16.06. Sa 10:00
C22089 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Silberschmuck – mal anders mit Art Clay
Cilmara de Oliveira 45,– €
(zuzüglich Materialkosten)

20.06. Mi 19:30
C83800 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Feuergläser – Schröpfen für den Hausgebrauch
Dr. med. Wolfgang Scherpf 10,– €

23.06. Sa 8:00
C29007R Anmeldung bei der vhs erforderlich
Tagesfahrt zur dOCUMENTA (13) nach Kassel
Dr. Ulrike Brandenburg 65,– €

30.06. Sa 14:00
C20632 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Foyer
des Landesmuseums Wiesbaden
Erklärt! Kunst in Wiesbaden: FLUXUS AT 50 / 1. Termin
Dr. Ulrike Brandenburg
17,– € (inkl. Eintritt)

Juli 2012

17.07. Di 17:00
D12022 Landesbibliothek Wiesbaden,
Rheinstr. 55/57
Bücher und viel mehr – was bietet die Landesbibliothek?
Hessische Landesbibliothek
gebührenfrei

28.07. Sa 14:00
D20630 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Nassauischer Kunstverein
Erklärt! Kunst in Wiesbaden: FLUXUS AT 50 /2. Termin
Dr. Ulrike Brandenburg
17,– € (inkl. Eintritt)

August 2012

04.08. Sa 09:00
D29001R Anmeldung bei der vhs erforderlich
El Greco und die Moderne
Tagesfahrt zur Ausstellung
nach Düsseldorf
Dr. Ulrike Brandenburg 65,– €

13.08. Mo 18:00
D24030 Anmeldung bei der vhs erbeten
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
Die Wiesbadener Musikbibliothek stellt sich vor
Claudia Monien gebührenfrei

18.08. Sa 7:00
D29004R Anmeldung bei der vhs erforderlich
Tagesfahrt zur Sonderausstellung »Der frühe Dürer« nach Nürnberg
Klaus Sommerfeld 59,– €

18.08. Sa 14:00
D88510 Treffpunkt: Hafenpromenade
Schierstein, nahe Eisstand
Sportschifffahrt – Tag der Offenen Tür
Sumi Krupp gebührenfrei

22.08. Mi 19:00
D12000V Rathaus,
Stadtverordneten-Sitzungssaal
vhs-Semestereröffnung: Ist Schönheit machbar?
Prof. Dr. Olga Schulisch-Höhle
gebührenfrei

23.08. Do 19:00
D13040 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Trennung / Scheidung / Ehevertrag
Petra Maria Müller 12,– €

27.08. Mo 18:30
D14012 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Baufinanzierung / Finanzierung von Wohneigentum
Helmut Weigt 21,– €

August 2012

29.08. Mi 19:30
D20548 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Die Berechnung des Glücks – Eine Reise in die Geschichte der Mathematik
Elisabeth H. Freund, M.A. 10,– €

31.08. Fr 19:00
D11025V Anmeldung: Weingut, Tel. 42 19 78
Weingut Nicolay-Schuster,
Wiesbaden-Dotzheim
Lebenserinnerungen in Versen
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme 9,– €

September 2012

01.09. Sa 11:00
D22030 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Kunstobjekte aus Metall
Joachim Harbut 85,– €
(zuzügl. Materialkosten)

01.09. Sa 8:00
D29003R Anmeldung bei der vhs erforderlich
Tagesfahrt zur dOCUMENTA (13) nach Kassel
Dr. Ulrike Brandenburg 65,– €

01.09. Sa 11:00
D12006 Rathaus, Stadtverordneten-sitzungssaal und Festsaal
Auftaktveranstaltung der Akademie für Ältere: »Chancen des Älterwerdens«
gebührenfrei

03.09. Mo 19:30
D11020V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Kolumban und die Grundlegung Europas
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme 6,– €

04.09. Di 18:30
D14050V Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
»Rente und Steuer – es wird teuer«
Jürgen Maifarth 12,– €

04.09. Di 17:30
D12020V Anmeldung bei der vhs erbeten
Stadtarchiv Wiesbaden, Im Rad 42
»Guten Tag im Stadtarchiv!«
Gerhard Klaiber gebührenfrei

04.09. Di 14:00
D27410 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Henkell
Besuch in der Henkell & Co. Sektkellerei KG 7,– €

05.09. Mi 19:30
D24036V Abendkasse
Caligari FilmBühne, Marktplatz 9
Jour musical:
The Age of Cage – Credo in WI
Von und mit Jens Barnieck, Klavier
Claudia Monien 10,– €/erm. 8,– €

September 2012

06.09. Do 09:00
D29191R Anmeldung bei der vhs erforderlich
Tagesfahrt zur dOCUMENTA (13) nach Kassel in exklusiver Kleingruppe
Doris Happel 95,– €

06.09. Do 19:00
D82050 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Lerntherapie I: Wahrnehmungs- und Konzentrationsförderung
Stefanie Schultze-Moderow 14,– €

10.09. Mo 17:30
D25050 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Grundlagen der digitalen Fotografie
Axel Himburg 25,– €

13.09. Do 19:00
D82060 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Lerntherapie II: LRS – Legasthenie
Stefanie Schultze-Moderow 14,– €

14.09. Fr 15:00
D11055V Anmeldung: Nachbarschaftshaus Biebrich, Tel. 9 67 21 20
Mehrgenerationenhaus Biebrich
Kinder-Senioren-Uni: »Geld, Mäuse und mehr« – Wie kam das Geld in die Welt?
Alexander Michler gebührenfrei

14.09. Fr 17:00
D20641 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt:
Vor Nassauischem Kunstverein
Kunst after work… …in Wiesbadener Galerien!
Dr. Ulrike Brandenburg 15,– €

15.09. Sa 10:00
D21635 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Kreativitätstraining
Nicole Groß-Weberstedt 35,– €

15.09. Sa 14:00
D20535 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
(Auto-) Biografisches Schreiben
Schnupperkurs für Anfänger und Schreib-Interessierte
Dr. Eva Wodarz-Eichner 39,– €

16.09. So 11:00
D22086 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Silberschmiedekurs – außergewöhnliche Ringe
Elvira Reetz
39,– € (zuzügl. Materialkosten)

September 2012

17.09. Mo 11:00
D11220V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
„Ick kann mir nicht helfen, ick finde ma schön!"
Dr. med R. Mathias Dunkel 6,– €

18.09. Di 18:30
D14025 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Traumimmobilie oder Blender
Marcel André Schröder 12,– €
(zuzügl. Skript 10,– € / fakultativ)

20.09. Do 19:00
D12035V Anmeldung: S. Helffenstein, Tel. (0 69) 97 76 81 06
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Ehrenamtliche Bewährungshilfe
Susanne Helffenstein gebührenfrei

20.09. Do 19:00
D82070 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Lerntherapie III: Dyskalkulie
Marianne Lottermann 14,– €

22.09. Sa 19:30
D20330 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Soirée: Fräulein Helen', der schöne Sigismund und Theodor
Schlager, Lieder und Texte der 20er bis 60er Jahre – Kultur & Kulinarik
Emilia Blumenberg 29,– €
(inkl. Speisen und Getränken)

24.09. Mo 19:30
D24110V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Kann (oder soll) Musik schön sein?
Vortrag mit Diskussion
Dr. Daniel A. Schmicking 6,– €

25.09. Di 19:00
D20110V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
(K)eine Geschichte der Schönheit
Dr. Bettina Bosold-DasGupta 6,– €

26.09. Mi 19:00
D80050 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Die Magie der Heilpflanzen
Karl-Heinz Kollert 12,– €

27.09. Do 19:00
D80310 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) für Tiere
Gabriela Kaetzke 14,– €

27.09. Do 19:30
D28110V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Nordindien – von Kaschmir bis zum Ganges und nach Rajasthan
Dia-Vortrag
Horst Liebelt 6,– €

September 2012

28.09. Fr 18:30
D27261 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Küche Herweck,
Kaiser Friedrich-Ring 96
Die Emirate zwischen Tradition und Moderne
Praktischer Kochworkshop
Marion Befeld 59,– €
(inkl. Kosten f. Speisen und Getränke)

28.09. Fr 18:30
D22085 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Silberschmiedekurs: Lederbänder mit Sterlingsilber
Elvira Reetz 25,– €
(zuzügl. Materialkosten)

28.09. Fr 19:30
D11230V Anmeldung: Lutherkirchengemeinde, Tel. 8 90 67 30
Lutherkirche
Christliche Lebenskunst 3: Scherben und Rosen
Elke Boger 6,– €

29.09. Sa 11:00
D21643 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Durch Malen zum Selbst: Inneren Bildern eine Form geben
Kreativitätstraining
Esther Scholz-Zerres 25,– €
(zuzügl. Materialkosten)

29.09. Sa 08:00
D29006R Anmeldung bei der vhs erforderlich
Stuttgart: Stadt der Dichter, Denker und der Kunst
Literarische Tagesfahrt
Charlotte Andresen, H. Boger 59,– €

29.09. Sa 18:30
D27160 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Amici miei – Bekanntes und Unbekanntes aus Italiens Weinwelt
Gregor Mathey 49,– €
(inkl. Weinen und Snacks)

29.09. Sa 14:00
D22194 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Origami – Die japanische Kunst des Papierfaltens
Shizuko Onodera 25,– €

29.09. Sa 15:00
D20600 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Atelier Renate Reifert
Atelierbesuch Renate Reifert
Renate Reifert 25,– €

Spezial
Einzelveranstaltungen

Oktober 2012

01.10. Mo 17:30
D25060 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Grundlagen der digitalen Fotografie
Axel Himburg 25,– €

01.10. Mo 19:30
D11031V Abendkasse Landesbibliothek
Hessische Landesbibliothek
Blaise Pascal und die Ordnungen des Geistes
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme 6,– €

02.10. Di 19:00
D20540 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Antike Metropolen – Rom, Karthago, Athen u. a.
Vortrag
Mario Becker M.A. 10,– €

05.10. Fr 15:00
D25200 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Digital filmen – Mein Camcorder und ich Einführungsnachmittag
Harald Kuntze 30,– €

05.10. Fr 19:00 – 22:00
D20145 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Lange Nacht der schottischen Poesie – Kultur und Kulinarik
Iain Galbraith 19,– € (inkl. Bewirtung)

06.10. Sa 10:00
D22220 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Plastisches Arbeiten mit Filz
Andrea Noeske-Porada 49,– €
(zuzügl. Materialkosten)

06.10. Sa 10:00
D20095 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
»Ich revoltiere, also bin ich« – Albert Camus: »Die Pest«
Literarisches Seminar
Dr. Christa Thomassen 35,– €

08.10. Mo 16:30
D28010V Vortragskasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Potsdam – Bilder einer Residenz
Dia-Vortrag
Doris Eisenbach 6,– €

08.10. Mo 18:00
D24033 Anmeldung erbeten
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
Die Wiesbadener Musikbibliothek stellt sich vor
Claudia Monien gebührenfrei

Oktober 2012

08.10. Mo 19:00
D80530 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Pollenallergie durch Essen?
Dr. Astrid Gerstemeier 13,– €

10.10. Mi 19:00
D80330 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Ernährung und Hautkrankheiten, Allergien, Juckreiz bei Hund und Katze
Petra Mumme 14,– €

10.10. Mi 18:30
D11135 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Energie sparen – Klima schützen – Kosten senken: Was kann ich selber tun?
Ein Info-Abend mit dem Prima-Klima-Team des Umweltamtes
Angela Preisner, Dieter Eckert
gebührenfrei

11.10. Do 18:45
D82200 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Im Einklang mit der familiären Ordnung
Eine Stammbaum-Analyse
Dr. med. Joachim Witton 16,– €

11.10. Do 19:00
D20070 Nachbarschaftshaus Ludwig-Beck-Straße 1 (Schulgebäude), Raum A6
Biebrich liest gebührenfrei
Moderation: Karl Reinhard Friebe

13.10. Sa 14:30
D12034V Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs, Haus Konrad (Europaviertel)
Wie und wo kann und will ich mich engagieren?
Klärungsseminar
für bürgerschaftlich Interessierte
Lucia Rutschmann gebührenfrei

14.10. So 10:00
D22089 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Silberschmuck – mal anders mit Art Clay
Cilmara de Oliveira 45,– €
(zuzügl. Materialkosten)

17.10. Mi 19:00
D20570 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Von der Lust am Essen: Showcooking mit kulturgeschichtlichen Betrachtungen –
Kultur & Kulinarik
Dr. med. R. Mathias Dunkel, Franz Keller 29,– €
(inkl. Speisen und Getränken)

Oktober 2012

19.10. Fr 14:00
D27431 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Henkell
Paul Bonatz in Wiesbaden –
Architekturspaziergang durch die Henkell & Co. Sektkellerei KG 7,– €

29.10. Mo 17:30
D25065 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Grundlagen der digitalen Fotografie
Axel Himburg 25,– €

30.10. Di 19:00
D83600 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Intakter Darm, intakte Gesundheit
Manuela Hildebrandt 13,– €

30.10. Di 18:00
D83650 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Die Blutegeltherapie
Gabriele Müller 13,– €

31.10. Mi 19:30
D83800 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Feuergläser – Schröpfen für den Hausgebrauch
Dr. med. Wolfgang Scherpf 10,– €

31.10. Mi 14:00
D27420 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Henkell
Besuch in der Henkell & Co. Sektkellerei KG 7,– €

31.10. Mi 16:00
D12025V Anmeldung bei der vhs erbeten
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Wiesbaden – wie hast du dich verändert!
Power-Point-Vortrag
Georg Habs/Stadtarchiv gebührenfrei

November 2012

01.11. Do 18:30
D14026 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Praxis-Ratgeber: Immobilienverkauf 2.0 – Wie erzielen Sie den besten Verkaufspreis?
Marcel André Schröder 10,– €

01.11. Do 19:00
D82150 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Hypnose – Hokuspokus, Scharlatanerie oder seriöse Heilmethode?
Verena Herbertz 13,– €

November 2012

02.11. Fr 17:00
D20642 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Vor Nassauischem Kunstverein, Wilhelmstr. 15
Kunst after work…
…in Wiesbadener Galerien!
Dr. Ulrike Brandenburg 15,– €

03.11. Sa 17:00
D27259 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Küche&Co im Europaviertel, Walter-Hallstein-Straße 5
Rezepte mit Balsamico und Honig – eine sinnliche Reise durch Florenz
Praktischer Kochworkshop & Kunst und Wein
Kirsten Herold, Gregor Mathey 59,– €
(inkl. Kosten f. Speisen und Getränke)

04.11. So 10:00
D85350 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Atemschule des Yoga – Pranayama für mehr Lebensenergie
Ursula Owens 23,– €

05.11. Mo 18:30
D13050 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Betreuungsrecht
Vorsorgevollmacht, Betreuungs-/ Patientenverfügung
Petra Maria Müller 12,– €

06.11. Di 18:45
D83110 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Die Kunst des Sehens – Augenübungsabend
Karl-Heinz Kollert 12,– €

07.11. Mi 09:00
D85800 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Das Badhaus im Radisson Blu Schwarzer Bock Hotel, Kranzplatz 12
Wellness-Oase
Rudi Ludgen 65,– €

07.11. Mi 11:00
D85805 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Das Badhaus im Radisson Blu Schwarzer Bock Hotel, Kranzplatz 12
Wellness-Oase
Rudi Ludgen 65,– €

07.11. Mi 18:30
D20105 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Goethe, Späte Lyrik
Ein poetischer Abend mit Wein und Brezeln
Charlotte Andresen 16,– €
(inkl. Bewirtung)

November 2012

08.11. Do 18:30
D14020 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Nachhaltige Geldanlagen – Ökologisch, ethisch und sozial investieren
Ernst Rudolf 12,– €

09.11. Fr 18:00
D27155 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Wein und Käse aus Frankreich
Gregor Mathey 49,– €
(inkl. Wein und Käse)

10.11. Sa 10:00
D24322 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
The world of the Jazz Guitar – Workshop (in englischer Sprache)
Colin Charles Frost 29,– €

10.11. Sa 10:00
D21220 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Aktzeichnen und -malen
Anfänger und Fortgeschrittene
Isanna von Perbandt 45,– €

10.11. Sa 17:00
D21645 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Indisches Farbmahl
Kunst und Kulinarik
Esther Scholz-Zerres 59,– €
(inkl. Speisen und Getränken)

10.11. Sa 10:00
D20860 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Stimme – Ausstrahlung – Ausdruck Stimmbildung für Bühne und Alltag
Susanne Schwarz 45,– €

12.11. Mo 14:00
D27430 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Henkell
Besuch in der Henkell & Co. Sektkellerei KG 7,– €

12.11. Mo 16:30
D28020V Vortragskasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Promenade durch Preußens Arkadien – Fürstensitze um Potsdam und Berlin
Dia-Vortrag
Doris Eisenbach 6,– €

12.11. Mo 19:00
D83030 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Veranstaltungsreihe Sucht: Voll zufrieden!?
Heinz Vallböhmer 10,– €

November 2012

14.11. Mi 19:00
D20559 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Finnischer Abend: Schweden sind wir nicht, Russen wollen wir nicht werden, also lasst uns Finnen sein!
Kultur & Kulinarik
Pirjo Mentel 25,– €
(inkl. Speisen und Getränken)

16.11. Fr 19:00
D20333 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
MÖRDERISCH (ent-)SPANNEND – Kurzkrimis bei Wein und Kerzenschein
Lesung mit drei »Mörderischen Schwestern« und Musik von »7pm«
25,– € (inkl. 1 Glas Wein)

17.11. Sa 16:00
D20353 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Mythos Sisi – Auf den Spuren der legendären Kaiserin –
Kultur & Kulinarik
Lesung und Vortrag in Wiener Kaffeehaus-Atmosphäre
Dr. Eva Wodarz-Eichner 25,– €
(inkl. Kuchen, Kipferl und Kaffee)

17.11. Sa 17:00
D27260 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Küche&Co im Europaviertе
Toskanische Weine und Focaccia, Pizza & Co
Weinseminar & Praktischer Kochworkshop
Kirsten Herold, Gregor Mathey 59,– €
(inkl. Speisen und Getränke)

19.11. Mo 17:30
D25066 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Grundlagen der digitalen Fotografie
Axel Himburg 25,– €

19.11. Mo 19:00
D82300 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Gesunder Schlaf
Wolfram Krug 14,– €

19.11. Mo 18:00
D14040 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Geldanlagen für die Generation 50 Plus
Fragen und Antworten rund um Vermögensbildung und Kapitalverwendung für die Generation 50 Plus
Ernst Rudolf 12,– €

Spezial
Einzelveranstaltungen

November 2012

21.11. Mi 19:30
D83725 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Akupressur
Dr. med. Wolfgang Scherpf 10,– €

23.11. Fr 19:00
D20150 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Elfen, Edle und Rebellen
Neue Geschichten aus Schottland mit Büffet
Rolf Keil, Helmine Rausch 29,– €
(inkl. Speisen und Getränken, 1 Glas Whisky)

24.11. Sa 10:00
D11250 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
»Was Du suchst, ist das, was sucht«
Einführung in Zen – Tagesseminar
Dr. Christa Thomassen 32,– €

24.11. Sa 19:00
D20332 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Happy Birthday, Sherlock Holmes – Lesung und Vortrag mit Whisky-Probe
Veranstaltung im Rahmen des Wiesbadener Krimi-Herbstes
Dr. Karsten Eichner 15,– €
(inkl. 1 Glas Malt-Whisky)

24.11. Sa 10:00
D20336 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Storylab – Geschichtenwerkstatt
Ulrike Krauth 49,– €

24.11. Sa 10:00
D20871 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Schlag nach bei Shakespeare… …oder Schiller, Rilke, Ringelnatz, Luther
Texte präsentieren
Angela Eickhoff 45,– €

24.11. Sa 09:30
D81800 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Pflegende Geschenke – selbst gemacht!
Wilma Fassmann 25,– €

24.11. Sa 09:00
D29002R Anmeldung bei der vhs erforderlich
Mythos Atelier. Künstlerräume von Carl Spitzweg bis Bruce Nauman
Tagesfahrt zur Ausstellung nach Stuttgart
Dr. Ulrike Brandenburg 59,– €

24.11. Sa 15:00
D20660 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Städelmuseum Frankfurt, Eingangsbereich
Do you speak art?
Dr. Heinrich M. Buschbeck 15,– €
(Preis ohne Eintritt und Fahrt)

November 2012

25.11. So 15:00
D27200 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Weinwissen kompakt
Dr. Wolfgang Staudt
55,– € (inkl. Weine)

26.11. Mo 19:00
D83040 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Veranstaltungsreihe Sucht: Zocken, Shopping, Internet – exzessives Hobby oder schon Sucht?
Katharina Hellenbart 10,– €

26.11. Mo 19:00
D83150 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Psychoneuroimmunologie Wie unser Denken und Fühlen unsere Biochemie beeinflusst
Cäcilia Brendel 13,– €

26.11. Mo 18:30
D14013 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Baufinanzierung / Finanzierung von Wohneigentum
Helmut Weigt 21,– €

27.11. Di 19:30
D80510 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Vegan ist salonfähig
Sumi Krupp 13,– €

28.11. Mi 19:00
D80060 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Die faszinierende Welt der (Heil-)Pflanzen
Petra Schnöde 10,– €

29.11. Do 19:00
D82480 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Narzissmus – Unterm Strich zähl ich!
Wilma Fassmann 14,– €

29.11. Do 19:30
D20040V Abendkasse Villa Clementine
Literaturhaus Villa Clementine, Frankfurter Str. 1
Literaturvortrag: Gedanken zur heutigen Prosa
Dr. Marlene Lohner, Dr. Dorothea Friedrich 8,– € (erm. 7,– €)

29.11. Do 19:30
D11035V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Philosophischer Idealismus zwischen Revolution und Staatsreform
Aus Anlass des 250. Geburtstages von Johann Gottlieb Fichte
Prof. Dr. Dr. h.c. Günther Böhme 6,– €

November 2012

30.11. Fr 15:00
D11056V Anmeldung: Nachbarschaftshaus Biebrich, Tel. 9 67 21 20
Mehrgenerationenhaus, Saal
Kinder-Senioren-Uni: »Bin ich meines Glückes Schmied?«
Nicole Möhlenkamp gebührenfrei

30.11. Fr 19:00
D20560 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Der Jemen und Sanaa
Kultur & Kulinarik
Marion Befeld 29,– €
(inkl. Speisen und Getränken)

Dezember 2012

01.12. Sa 14:00
D20631 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Foyer des Landesmuseums Wiesbaden
Erklärt! Kunst in Wiesbaden – Friedrich Vordemberge-Gildewart
Ausstellungsführung mit Kaffeepause
Dr. Ulrike Brandenburg
17,– € (inkl. Eintritt)

01.12. Sa 13:30
D27250 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Weinsensorik
Gregor Mathey 55,– € (inkl. Weine)

01.12. Sa 10:00
D24330 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Afro-Latin- & Brasil Beat-Workshop
für Einsteiger/innen und Geübte
Cid de Freitas 39,– €

01.12. Sa 10:00
D22193 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Ikebana – Adventsgesteck einmal anders
Indahrusmiati Frank 32,– €
(inkl. 15,– € Blumenkosten)

02.12. So 10:00
D85345 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Mudras – Wohlbefinden in den Fingerspitzen
Ursula Owens 23,– €

02.12. So 15:00
D87450 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Salsa – mal ohne Partner!
Workshop
Filipe Ferreira 26,– €

03.12. Mo 18:00
D24035 Anmeldung bei der vhs erbeten
Musikbibliothek, Schillerplatz 1 – 2
Die Wiesbadener Musikbibliothek stellt sich vor
Claudia Monien gebührenfrei

Dezember 2012

05.12. Mi 19:00
D83610 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Wenn der Darm trotzt – Nahrungsmittelunverträglichkeiten
Dr. Astrid Gerstemeier 13,– €

05.12. Mi 19:00
D20080 Stadtteilbibliothek Biebrich,
Rudolf-Dyckerhoff-Str. 10
Biebrich liest
Moderation: Karl Reinhard Friebe
gebührenfrei

06.12. Do 19:00
D20100V Abendkasse
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Schönheit und Ideal – Vortrag
Prof. Dr. Frauke Berndt 6,– €

08.12. Sa 14:00
D22195 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Origami und Pop-up für Weihnachten; für Kinder und ihre Eltern
Shizuko Onodera 25,– €

10.12. So 14:00
D85780 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Wie im Himmel – Obertonsingen
Karl-Heinz Kollert 10,– €

Dezember 2012

10.12. Mo 20:00
D88820 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Info-Abend zum SKS Sportküstenschifferschein
Sumi Krupp gebührenfrei

11.12. Di 19:00
D20541 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Antike Tempel und Heiligtümer
Vortrag
Mario Becker M.A. 10,– €

16.12. So 10:00
D84080 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Mantra und Meditation
Ursula Owens 23,– €

23.12. So 10:00
D85370 Anmeldung bei der vhs erforderlich
vhs (Europaviertel)
Yoga zum Auftanken
Weihnachtlicher Wellness-Workshop
Ursula Owens 18,– €

Januar 2013

25.01. Fr 19:00
E20151 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Burns' Night – Supper zu Ehren des schottischen Nationaldichters
Rolf Keil, Helmine Rausch, Uwe Malzahn 29,– €
(inkl. Speisen und Getränken, 1 Glas Whisky)

26.01. Sa 14:00
E20630 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Treffpunkt: Foyer
des Landesmuseums Wiesbaden
Erklärt! Kunst in Wiesbaden: Antonio Saura, Retrospektive
Ausstellungsführung
mit Kaffeepause
Dr. Ulrike Brandenburg 17,– €
(inkl. Eintritt)

26.01. Sa 13:30
D27110 Anmeldung bei der vhs erforderlich
Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42
Der schottische Malt-Whisky
Eine Einführung
in das »Wasser des Lebens«
Ute Mügge-Lauterbach
32,– € (inkl. Whisky)

Unterstützen Sie die Akademie für Ältere!

Beitrittserklärung zur Akademie für Ältere

Name, Vorname

Anschrift

Telefon privat dienstlich

Handy E-Mail

Bank, BLZ Kontonummer

☐ **Privatpersonen.** Ich möchte den Förderverein Akademie für Ältere e.V. durch meine persönliche Mitgliedschaft unterstützen. Mein Jahresbeitrag soll € _____ (mind. € 30,–) betragen.

☐ **Firmen/Institutionen.** Wir möchten den Förderverein Akademie für Ältere e.V. durch korporative Mitgliedschaft unterstützen.
Unser Jahresbeitrag soll € _____ (mind. € 60,–) betragen.
Bitte buchen Sie den Betrag bis auf Widerruf von o.g. Konto ab.

Ort/ Datum Unterschrift

Die Akademie für Ältere ist ein Kooperationsverbund von über 30 Wiesbadener Institutionen der Altenarbeit und Einrichtungen der Erwachsenenbildung.
Ihr gemeinsames Ziel ist, qualifizierte Bildungsangebote nicht nur für, sondern von und mit Älteren zu entwickeln, damit deren Wünschen und Interessen zu entsprechen und gleichzeitig neue Anregungen zu geben.
Die entsprechenden Angebote der Träger werden in einem gemeinsamen Programmheft veröffentlicht, das einmal pro Jahr erscheint.
Seit 1992 existiert die Akademie für Ältere bereits und wird von vielen Seniorinnen und Senioren genutzt.
Um auch weiterhin dieses einmalige Angebot aufrechtzuerhalten, ist ein Förderverein gegründet worden, der für alle Wiesbadener Bürger und Bürgerinnen, öffentlichen Einrichtungen und Firmen offen ist.

Wenn auch Sie zum Erhalt der Akademie für Ältere beitragen wollen, werden Sie Mitglied in unserem Förderverein !

Senden Sie die ausgefüllte Beitrittserklärung bitte an die **Akademie für Ältere,** Villa Schnitzler, Biebricher Allee 42, 65187 Wiesbaden

Die vhs Volkshochschulen
Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Mit Unterstützung durch: WIESBADEN

Dozentinnen und Dozenten

A

Albers, Holger 68
Ali, Amal 112
Alke, Juliane 104ff
Allgeier, Margit 63, 161
Alphonse-Manns, Magalie 106
Altenheimer, Bernd 100
Andresen, Charlotte 22, 24, 48
Antomo, Evelyne 96ff
Aptoula, Petra 145
Aradgoli, Dr. Mari 117
Arambasic, Ana 116

B

Baker, David 102ff
Balke, Hartmut 83f
Bárdos, Anika 28
Battiste, Tatjana 145f, 158
Bauer, Elke 135, 145, 158
Becherer, Dr. Ewald 131, 155
Beck, Tobias 149
Becker, Mario 25
Beer, Reinhard 152f
Befeld, Marion 26, 47, 127
Belzer, Martina 146
Berndt, Prof. Dr. Frauke 22
Bernhardt-Navarro, Marina 117
Bienfait, Claus 68
Bingel, Ute 139
Blumenberg, Emilia 24
Bode, Sonja 100
Bodenschatz, Bettina 57
Boger, Elke 94
Boger, Hartmut 9, 11, 48
Böhme, Matthias 67
Böhme, Prof. Dr. Dr. h.c, Günther 8
Bombardier, Michel 38
Borowski, Birgit 128
Bosold-DasGupta, Dr. Bettina 23
Böttcher, Dr. Annette 91, 128ff, 164
Brandenburg, Dr. Ulrike 27, 28, 48
Breitenbach, Petra von 37
Breitkreuz, Otto 97
Brendel, Cäcilia 134f
Brenner, J. H. David 143
Brinitzer, Michaela 95ff, 119
Brinskelle, Annemarie 95ff
Brochetta-Nestola, Monica 107
Brodersen, Andrea 136, 142
Brzezina, Georg 16
Bukur, Claudia 96ff
Buß, Dr. Michael 14
Bussmann, Alexander 30
Büth, Norbert A. 65

C

Casselmann, Manuela 41
Cederqvist, Helena 118
Chai-Stroux, Ursula 96ff
Cornet, Gerry 116
Crisolli, Fabio 56
Czuba-Konrad, Susanne 25

D

Da Re, Stephan 56
Damke, Karl-Christian 96
Danowski, Jacek 95ff
Daum, Susanne 103
Dautzenberg, Angelika 33, 35
de Freitas, Cid 42, 43
de Oliveira, Cilmara 39
Debus, David 145
Dech, Laura 96ff
Decker, Ortrud 62, 66
Dietrich, Karin 28
Dohse, Doris 137
Dunkel, Dr. Mathias 10, 26, 124

E

Eckert, Dieter 9
Ehrich, Jutta 141
Eichler, Ilse 67, 70, 93, 129, 132
Eichner, Dr. Karsten 24
Eickhoff, Angela 30
Eisenbach, Doris 47
El Helali, Abdellah 112
Ellenbogen, Brigitte 151
Ellenbogen, Peter 151
Emersic, Mirna 96ff
Endisch, Gabriele 63
Engelhardt, Hanne 137
Ewald, Vandana 127
Faber, Dominik 116, 127

F

Farkas- Störmer, Eva 96ff
Fass, Veronika 33
Fassmann, Wilma 128, 131f
Feit, Jutta 45
Felix Maria 57, 66
Fellmann, Dr. Ferdinand 9
Ferreira, Filipe 151
Ferreto de Kunke, Iris 109
Fiedler, Erika 35
Fischer-Callus, Myriam 120
Fischer-Ouvry, Nicole 104ff
Flachenäcker, Robert 58, 60
Fleischmann, Lili 118
Fleshman, Norea M. 59
Frank, Indahrusmiati 40
Franz, Gernot 148
Freund, Elisabeth 8, 26
Friebe, Karl Reinhard 22
Friedrich, Dr. Dorothea 22
Frohn, Thomas 150
Frost, Colin Charles 42
Funke, Barbara 84f
Funke, Dr. Olga 96ff

G

Gabrielyan, Nona 34
Galbraith, Iain 23
Geiger, Susanne 38
Genctürk, Mehtap 118
Gerber, Uta 40
Gerdes-Schwanitz, Dr. Ursula 99
Gerdes, Dirk 115
Gerstemeier, Dr. Astrid 124, 135
Giannecchini, Dr. Simona 107ff
Gilch, Karin 135f, 140, 142
Göbel-Uotila, Dr. Marketta 26
Gökce, Seher 118
Gottwald, Wolfgang 19
Graminski, Regina 47
Grimm, Fani Samia 147
Groß-Weberstedt, Nicole 36
Gruenewaldt, Beate von 150f
Gruszczyk, Dominik 117
Gschweng, Roland 96ff
Gül, Mukatder 146, 149, 158
Gunnarsson, Annelie 117

H

Habs, Georg 11
Hacklin, Annika 118
Hamm, Astrid 151
Happel, Doris 34, 35, 36, 49
Harbut, Joachim 38
Hartmann-Rösch, Miriam 31, 33
Hashemi, Said Hassan 79, 85
Hauser-Bürklein, Eva 60, 132
Hecker, Beate 131
Heeren-Pradt, Beke 113
Heilmann Dr., Gabriela 75ff
Helffenstein, Susanne 14
Hellenbart, Katharina 133
Heller, Franz 122
Henrici, Jürgen 56, 69f
Herbertz, Verena 129f
Herold, Kirsten 46
Herpich, Thomas Julian 58f, 66f
Herzog, Gabi 150
Hess Dr., Sigrid 162
Heyer, Anita 133f
Heymann, Eva 60, 62f, 69ff
Hildebrandt, Manuela 135
Himburg, Axel 32, 33, 37, 43, 44
Hock-Miller, Virginia 102
Höfer, Ariane 18f, 164
Hoffmann, Dr. Monika 94
Hoppermann, Valerie 146
Hörichs, Wilga 94, 95ff
Huang, Wei 113
Huiskes, Andrea 107
Huppert, Georg 143
Husemann, Dr. Simone 26

I

Iacobelli, Claudia 107ff
Incze-Gödde, Cora 99
Ippotidou, Emmy 114
Ivanova, Natalya 97

J

Jakob, Hans-Peter 45
Jérome, Gabriela 12
Jeromin, Kristina 8
Juli, Uwe 57, 67, 158
Jung-Stöckle, Beate 88
Jung, Susanne 41

K

Kaefer, Eberhard 85f
Kaetzke, Gabriela 122f
Kaiser Dr., Ulrike 75ff, 81, 83, 159
Kaiser, Christine 31, 33, 34
Kaiss, Annette 131
Kananova, Jana 96ff, ...117
Kandeler, Ortwin 39
Kapanen, Tuija 114
Kaster, Petra 32
Keil, Rolf 24
Keller, Franz 26, 124
Kesternich, Ulrike 133
Kirsanov de Henke, Nora 110
Klaiber, Gerhard 11
Klaproth, Christian 164
Klee, R. Ananda 139f
Klotz, Henry 152f
Knabjohann, Gudo 35
Knuth, Wilfried 48, 49
Koliszczak, Christian 55
Kollert, Karl H. 122, 134, 143
Kollin, Reiner 48
Koreng, Dr. Ludger 112
Krahn-Chiussi, Barbara 107
Kramer, Raija 118
Krauß, Gerhild 82f
Krauth, Ulrike 24, 25
Krebs, Bea 75ff, 81, 159
Kreienbühl, Rolf 82
Krenz, Alexander 162
Krieger, Paul 99
Kries, Petra von 137
Kříž, Jaroslav 118
Kroemer, Sandra 95ff, 119
Krug, Wolfram 60, 131f
Krupp, Sumi 45, 124, 152ff
Kuhn, Annette 42
Kunst, Kris 12
Kuntz, Aleksandr 102
Kuntze, Harald 44

L

Laino, Eduardo 147, 150f
Landgraf, Magdalena 146
Lanzen, Christoph 23
Larbig, Andreas 24
Latosiewicz-Saturska, Anna 144
Laubach, Dominik 128
Lezius, Lalasa 152ff
Lhomoy-Pfeil, Catherine 104ff
Liebelt, Horst 47
Lim, Cheonglan 115
Lindemann, Klaus 145
Lions-Herzfeld, Evelyne 105ff
Lippert, Helmut 34
Löber, Christa 138, 158
Lohner, Dr. Marlene 22
Lopez, Annette 39
Lottermann, Marianne 129
Ludewig-Nold, Linda 143
Ludgen, Rudi 144

M

Mack, Mike 94
Magaña Sanchez, Lucía 110
Maglione, Julia 105, 108
Magyar, Zoltan 42
Maifarth, Jürgen 18
Malzahn, Uwe 24
Mandelka, Mechthild 107, 108
Mannheim, Christiane 27
Marinova, Kremena 112
Mathey, Gregor 46
Matthies, Carola 140f
Mauelshagen-Giersch, Ulrike 125f
Mehlhorn, Natascha 96
Mehlhose, Marc 100
Meier, Wolfgang 139
Meier, Marianne 144f, 158
Meister Shen Xijing 139
Mensch, Dr. Faranak 96
Meyer, Jochen 148
Michalik, Dorothée 147
Michler, Alexander 8
Mödlhammer-Zöller, Dr. Jutta 107

M

Moeres, Gerard 79, 82
Möhlencamp, Nicole 9, 80
Mohr, Bernhard 30
Möller-Frorath, Monika 95ff, 119
Morrone, Rocco 108
Mügge-Lauterbach, Ute 30, 46
Mühl, Dr. Martin 8
Mühle, Franz-Martin 147
Müller, Gabriele 125, 136
Müller, Hans-Albert 141
Müller, Petra Maria 14, 15
Mumme, Petra 123
Mutschler, Barbara 131

N

Navarro Lopez, Francisco 109ff
Nikolska, Natalie 140f, 147
Ninomiya-Rehm, Heidi 136
Nisius, Gabriele 19, 96
Noeske-Porada, Andrea 40
Nouraie, Erika 146

O

Onodera, Shizuko 40
Orrego Nuñez, Erika 109
Ott, Andrea 126f
Ottmann, Claudia 134
Owens, Noel D. 100ff
Owens, Ursula 137, 140ff, 158, 164f

P

Pantelic, Anna 128f
Parra Castillón, Cristina 109ff
Paul, Heike 96ff
Perbandt, Isanna von 33, 34, 41
Perret, Renate 143
Peter, Lucien 147
Pfau, Christa 139f
Piéla, Doris 34
Pitruzzella, Pietro 108
Porzelt, Wilhelm 137
Preisner, Angela 9

R

Raabe-Lindenblatt, Eva 32
Rasch, Elzbieta 146, 151
Rausch, Helmine 24
Rausch, Sylvia 128
Ravizza, Sarah 108
Reetz, Elvira 39
Rehor, Christiane 95ff
Reich, Armin 19
Reifert, Renate 27
Reinisch, Jürgen 55
Reiss, Ulla 138
Renziehausen, Thomas 100ff
Reuscher, Siegfried 58
Rhode, Ralf 75ff, 85
Rios de Scheller, Gloria 109ff
Rodig, Thomas 55
Romiti-Biernat, Graciela 110
Rosa Salido, Ana María 109ff
Rose, Odalf 83
Rotermund, Gaby 43
Roth, Claudia 60, 131f

Kooperationspartner/innen

Kooperationspartner/innen der Volkshochschule Wiesbaden e.V.

- Aktives Museum Spiegelgasse für Deutsch-Jüdische Geschichte in Wiesbaden e.V.
- amnesty international Wiesbaden
- Amt für Soziale Arbeit der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Arbeitskreis Träger der Altenhilfe
- Ausländerbeirat der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Bochmann Stiftung
- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge
- Bürgerkolleg Wiesbaden
- Bürgersinn
- Büro für Staatsbürgerliche Frauenarbeit
- Caligari Filmbühne
- Deutsch-Israelische Gesellschaft
- Eine-Welt-Zentrum
- Einwohner- und Integrationsamt
- ESWE Verkehr
- Evangelische Erwachsenenbildung
- Fasanerie Wiesbaden
- Förderverein Akademie für Ältere
- Förderverein Literaturhaus Villa Clementine
- Förderverein Stadtmuseum
- Forum Philosophie & Wirtschaft
- Freiwilligenzentrum Wiesbaden
- Gästeführerverband
- Gesellschaft Natur und Kunst
- Hessisches Hauptstaatsarchiv
- Hessisches Immobilien Management
- Hessische Landeszentrale für politische Bildung
- Hessisches Staatstheater Wiesbaden
- Hochschule RheinMain
- Hugendubel
- Initiative für das Europaviertel
- Initiative Wiesbadener Medienzentrum e.V.
- Industrie- und Handelskammer
- Institut für Qualitätssicherung (IQ)
- Johannes Gutenberg-Universität Mainz
- Jüdische Gemeinde Wiesbaden
- Justizvollzugsanstalt Wiesbaden
- Katholisches Bildungswerk
- Küche & Co.
- Kulturzentrum Schlachthof
- Klimaschutzagentur
- Kulturamt der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Landesamt für Denkmalpflege Hessen
- Landesbibliothek Wiesbaden
- Leben Aktiv Bereichern – Lebensabendbewegung e.V., LAB-Gemeinschaft Wiesbaden
- Leichtathletikclub Olympia Wiesbaden e.V.
- Museum Wiesbaden
- Pariser Hoftheater
- Referat Kommunale Frauenbeauftragte der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Rhein-Mainischer Besucherring Wiesbaden
- Seniorenbeirat der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Sportamt der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Sportkreis Wiesbaden
- Stadtarchiv Wiesbaden
- Stadtbibliothek Wiesbaden
- Thermalbad Wiesbaden
- Umweltamt der Landeshauptstadt Wiesbaden
- Umweltladen
- vhs Bingen
- vhs Groß-Gerau
- vhs Main-Taunus
- vhs Rheingau-Taunus
- Vitis Wiesbaden-Nordenstadt
- Wiesbadener Geschichtswerkstatt e.V.
- Wiesbaden Marketing
- Wiesbadener Musikakademie (WMA)
- Wiesbaden Stiftung

Bitte vollständig und in Blockschrift ausfüllen, **die Unterschrift nicht vergessen!**

ANMELDUNG

Kurs Nr. _____ Kursbeginn: (Tag/Zeit) _____

mit dem Titel: _____

Kurs Nr. _____ Kursbeginn: (Tag/Zeit) _____

mit dem Titel: _____

Kurs Nr. _____ Kursbeginn: (Tag/Zeit) _____

mit dem Titel: _____

Mit Ihren Geschäftsbedingungen, die ich in Ihrem aktuellen Programmheft gelesen habe, bin ich einverstanden; die Hinweise zum Datenschutz habe ich zur Kenntnis genommen. Hiermit melde ich mich an.

Unterschrift _____

Name, Vorname _____

Nationalität (freiwillige Angabe) _____

wohnhaft bei _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Telefon, privat _____ beruflich _____

Mobiltelefon _____ Telefax _____

E-Mail _____

Ich zahle per Abbuchung.

Bitte buchen Sie die Kursgebühr von _____€ einmalig von meinem Konto ab.

Bank _____

Sitz der Bank (Ort) _____

Bankleitzahl _____

Kontonummer _____

Kontoinhaber/in _____

Datum _____ **Unterschrift** _____

Bitte legen Sie Ihrer schriftlichen Anmeldung einen frankierten Rückumschlag bei !

Die vhs Volkshochschulen

Volkshochschule Wiesbaden e.V.

Alcide-de-Gasperi Straße 4/5
65197 Wiesbaden
Telefon (0611) 9889-0
Telefax (0611) 9889-200

vhs-Statistik

Ich bin

☐ männlich

☐ weiblich

Ich gehöre zu der Altersgruppe

☐ unter 18 Jahre

☐ 18-24 Jahre

☐ 25-34 Jahre

☐ 35-49 Jahre

☐ 50-64 Jahre

☐ 65 Jahre und älter

Stichwort "Datenschutz"

nach den Bestimmungen des Bundesdatenschutzgesetzes (§ 33 BDSG)

Die Daten werden elektronisch gespeichert und – ausschließlich anonym und für statistische Zwecke – an den Hessischen Volkshochschulverband weitergegeben.
Sobald Sie nicht mehr regelmäßig an Kursen der Volkshochschule Wiesbaden teilnehmen, werden Ihre Daten gelöscht.

R

Rüb, Cordelia 148
Rudolf, Ernst 16
Rutschmann, Lucia 13f, 148

S

Sadeghpour, Anne 100ff
Sahin, Nilüfer 118
Sänger, Chuly 110
Sastry, Padma 102
Sauer, Claus 152
Schaumberg, Julia 59
Schaumburg, Marc 75ff, 79
Scheffer, Helga Dorothée 95ff
Scherer, Nira 114
Schermuck, Duangporn 118
Scherpf, Dr. med. Wolfgang 136
Schlabrendorff, Eva von 115
Schleines, Karin 59
Schlempp-Ülker, Nesrin 32
Schmaus-Ijzer, Ifna-Maria 116
Schmicking, Dr. Daniel A. 41
Schmidt-Atif, Gabriele 95ff
Schmidt, Doris 152f
Schmidt, Ulrike 128
Schmitt-Chandon, Marie-Françoise 104ff
Schmitt-Gerogianni, Helen 114
Schmitt, Dr. Rainer 49
Schmitz, Andreas 41
Schmollinger-Bornemann, Inge 26
Schnöde, Petra 122
Schoffers, Rolf 149, 165
Scholtz, Dr Ulrike-Sofie 23
Scholz-Zerres, Esther 37, 38
Schönmeier, Susanne 125ff
Schröder, Marcel André 16
Schubert, Michael 34
Schuh, Wilfried 140
Schuler, Miwa 115
Schulisch-Höhle, Dr. Olga 10
Schulte, Gabi 140f, 158
Schultze-Moderow, Stefanie 129
Schumacher, Gertrud 140f
Schwägerl, Peter 75ff, 79, 82
Schwarz-Niemeyer, Sonja 129
Schwarz, Susanne 30, 134
Schwärzel, Ute 96, 103
Schwenzer, Gerda 105
Schwesig-Eufinger, Corinna 149
Schwitzgebel, Dr. Frieder 8
Seib-Hellemeier, Gabriele 97
Seibel, Vera 96ff, 119
Serrano Zamora, Justo 109
Serth, Ernst 59
Shockley, Heidemarie 40
Sieberock, Gabriele 134, 139f
Siepelmeyer, Regina 57, 60f, 69
Simon, Helmut 96
Slapnicar, Peer-Ulf 67
Söhn, Manuela 42
Sommerfeld, Klaus 49
Soppa, Ulrich 38
Sourkup, Nadja 65f
Spitzley, Marie-Luise 151
Spreer, Sabine 138
Stamm, Sabine 38
Staudt, Dr. Wolfgang 46
Steiner-Junker, Gudula 72, 132, 142
Stöber, Claudia 35, 37
Striebinger, Jürgen 9, 11
Sturm, Elinka 39

T

Tabatabai, Saeed Javid 75ff
Tautermann, Steffen 75
Thomasky, Anke 149
Thomassen, Dr. Christa 10, 22
Thome, Beate 122
Thommes, Doro 120
Tinglin, Anthony 101
Trebus, Christian 32

U

Uebel, Hildegard 96ff, 100
Uhrheimer, Claudia 65
Ukairo-van Dijk, Anita 116
Urbina de Hartig, Mirtha 109

V

Vallböhmer, Heinz 133
Valle Ramella, ...Maritza 109
van den Eijnden, Gertruud 116
Vielsack, Wolfgang 31
VITIS-Tennis-Center 147, 165

W

Wagner, Inga 135
Walter, Ingobert 149
Walz-Damidaux, Marie- Thérèse 104
Wang, Ling-Ran 113
Warnach, Julia 138f
Weber, Anja Caroline 88
Weber, Britta 96ff, 119
Weber, Christian 86
Weber, Elfriede 48
Weigel, Ulrike 79
Weigt, Helmut 15
Weil, Dr. Helmut 131
Weil, Raphaela 42
Weil, Renate M. 138
Weil, Ruth 130
Weinges, Ellen 15
Weis, Karin 122
Wenger, Dr. Barbara 96
Wester, Jo 101
Westerdale, Ed 152
Westerdale, Natalie 151f
Wetter, Ulf 96ff
Wieder, Matthias 144
Wiercbicka, Aleksandra 100ff
Will, Uta 100
Windrath-Almblad, Eva 117ff
Wirt, Irina 18
Wissemann, Claudia 61, 63
Witton, Dr. med. Joachim 130
Wodarz-Eichner, Dr. Eva 25
Wolf, Birgit 40
Wolf, Gerd 38

Z

Zhou, Huimin 113
Ziegler, Sabina 65, 68f
Zoladkiewicz, Jenny 151
Zuljevic, Zana 96ff
Zwetsch, Sabine 69, 79

A

Access 78f
Achtsamkeit 137
Acrobat 79
Acrylmalerei 34, 35
Additive Zusatzqualifikation Alphabetisierung 119
Adobe Acrobat 79
Adobe Dreamweaver 84
Adobe Fireworks 84
Adobe Flash 84
Adobe Illustrator 83
Adobe InDesign 79, 82
Adobe Photoshop 82
Advanced Defence 149
Aerobic 146f
Aikido 149
Akademie für Ältere 11
Aktmalen 33
Aktzeichnen 33
Akupressur 136
Allergien 123f
Alphabetisierung 94, 95, 119
Alter 9
Altgriechisch 112
Amerikanische Moderne 23
Andalusien 49
Animation 84
Anlagen (Geld-) 15, 16
Antike 25
APAG-Test 60
Aqua-Power 144
Aquarellmalerei 34
Arabisch 112
Arabische Küche 127
Arbeitstechniken 67
Art Clay 39
Assessment-Center 65
Atelierbesuch 27
Atem 137
Aufputschmittel 133
Aufstellungsarbeit 130
Augenübungen 134
Ausgleichssport 145
Ausstellungsfahrten 48
Ausstellungsführungen 27,28
AutoCAD 83
Autogenes Training 138, 158

B

Ballett 149
Balsamico-Rezepte 46
Baltikum 49
Bauchtanz 150
Baufinanzierung 15, 16
Beautyretusche 82
Beckenbodentraining 135, 158
Beratung 80
Berlin 49
Beruf 53ff
Berufliche Orientierung 63f
Berufliche Qualifizierung 64, 71
Beruflicher Auftritt 65f
Betreuungsrecht 15
Betriebssystem 79
Bewährungshilfe 14
Bewegung 144ff, 158
Bewegung im Wasser 144
Bewerbung 63, 65
Bewerbungstraining 65
Bewerbungsunterstützung 65
Biebrich liest 22
Biebricher Schlosspark 26
Big Talk 69
Bildaufbau 37
Bildbearbeitung 82ff
Bildungsberatung 80
Bildungsgutschein 54, 74
Bildungsprämie 54, 74
Bildungsurlaub 54, 94, 103, 106, 108, 110, 132
Blauer Reiter 49
Blutegeltherapie 136
Body Drilling 146
Bodystyling 146
Bodyworkout 146
Bogenbau 38
Bogenschießen 148
BollyHop 151
Bollyrobic 146
Bonatz, Paul 47
Bootsführerschein 152ff
Bosnisch 112
Bremen 49
Breuß-Massage 142
Buchbinden 39

B

Bücher 11
Buchführung/Buchhaltung 56, 64
Buddhistische Meditation 138
Bulgarisch 112
Bürgerkolleg 12
Burnout 137
Burns' Night 24
Büro 61ff, 71
Büroorganisation 71
Business 59

C

C++ 85
Callanetics 146
Cambridgekurse 102
Camus, Albert 22
Capoeira-Gym 147
Cascading Style Sheets 83f
Cha Cha 150
Chakren 141
Chansons singen 42
Chinesisch 113
Chinesische Medizin 123, 134, 136
Cholesterin 125
Clown-Doktoren 31
Coaching 63
Content Management 84
Cranio-Sacral-Rhythmus 135
CSS 83

D

Dänisch 113
Dante 23
Darmgesundheit 135
Datenbank 85
Datev 56, 64
Deutsch als Fremd-/Zweitsprache 95
Deutsch als Muttersprache 94
Didgeridoo 38
Digital filmen 44
Digitale Fotografie 82
Diplomatie 71
Disco-Fox 150
dOCUMENTA 36, 48
Dorntherapie 136, 142
Dreamweaver 84
Drupal 84
Dürer 49
Düsseldorf 48
Dyskalkulie 129

E

EBCL 55, 64
EDV 73ff
EDV für Ältere 81, 159
EDV für den Beruf 64, 71
EDV-Anwendungen 76ff
EDV-Einführung 75
EDV-Zertifizierungen 73
Ehevertrag 14
Ehrenamtliche 12
Einbürgerungstest 90
El Greco 48
Emirate 47
Emotional Freedom Techniques (EFT) 134
Emotionale Intelligenz 93, 129
Empathie 70
Energie sparen 9
Englisch 100ff
Entspannung 137ff, 158, 164f
Entwicklungspsychologie 128
Entwurfszeichnen 32
Epikur 8
Erbrecht 15
Erfolg 57f
Ernährung 123ff
Erzählcafé 11
Europa 8
Europäischer Wirtschaftsführerschein 55, 64
Excel 77f
Experimentelles Malen 35

F

Facebook 590
Fahrradwartung 19
Farb- und Stilberatung 128
Farbenlehre 37
Farbmahl (indisch) 38
Fasanerie 123
Fatburner 146
Feldenkrais® 137

F

Feng Shui 122
Festessen 127
Fichte, Johann Gottlieb 8
Figuren und Engel 37
Filzen 40
Finanzbuchhaltung 56, 64
Finanzen 15, 16
Fingerfood 126
Finnisch 114
Finnland 26
Fireworks 84
Firmentraining Sprachen 87
Fischküche 127
Fitness 145ff, 158
Flash 84
Fluxus 27
Focusing 129
Folkloretanz 151
Fortbildungen Sprachen 119
Fotobuchgestaltung 43
Fotografie 43, 44
Foxtrott 150
Französisch 104ff
Frauen 57, 61
Freiwilligenzentrum 13, 14
Führung 56ff, 61
Fünf Tibeter 138
Fußreflexzonenmassage 143

G

Galerien 28
Ganzkörpertraining 145f, 158
Garten 26
Gebärdensprache 94
Gedächtnis 67
Gehirn 67
Geprüfte Fachkraft für Finanzbuchhaltung 56
Geschenke 127, 128
Gesellschaftstanz 150
Gesprächsführung 70
Gesundheitsbildung 133ff
Gewalt-Sehen-Helfen 132
Gewichtsreduktion 133
Gitarre 42
Giverny 49
Glück 26
Glückspiel 133
Goethe 22
Goethe-Zertifikate 99
Goldschmieden 38
Grafik 82f
Griechisch 114
Grundbildung 94/95ff
Gymnastik 145ff, 158

H

Hairstyling 128
Häkeln 41
Hardware 79
Hauptschulabschluss 72
Hebräisch 114
Heilpflanzen 122
Heilsame Berührung 142
Henkell 47
Herrensport 145
Herz-Qigong 140
HessenCampus 80
Holmes, Sherlock 24
Homepage 83
Homöopathie 135
Honig-Rezepte 46
Hoppe, Felicitas 22
Hormonyoga 141
HTML 83
Humor 72, 132
Hunde 122
Hypnose 129

I

Idealismus 8
Ikebana 40
Illustrator 83
Immobilien 15
Improtheater 30, 31
InDesign 88, 82
Indische Küche 127
Indisches Farbmahl 38
Individ. Bewerbungsunterstützung 65
Individuelles Training 54
Integrationskurse 95ff
Internationale Folklore 151
Internet 75, 78, 81, 83, 159

Stichwortverzeichnis, Impressum

I

Internet Portal 84
Irish Stepdancing 152
Isländisch 115
Italienisch 107ff
Italienische Küche 127
ITIL-Foundation 86

J

Japanisch 115
Japanisches Heilströmen 136
Java 85
Jazz Guitar 42
Jedermann (Berlin) 49
Jemen 26
Jin Shin Jyutsu® 136
Jive 150
Jogging 144
Johnson, Uwe 23
Jonglieren 45
Joomla 84
Jour fixe (Kunst/-geschichte) 36
Jour fixe, Philosophischer 8
Jüdisches Lehrhaus 10

K

Kalligraphie 35
Kampfsport 149
Kapitalismus 11
Karikieren 32
Karriere 60, 62
Kassel 48, 49
Katzen 122
Kentertraining 154
Keramik 41
Kinder-Senioren-Uni 8, 9
Klang 143
Klangentspannung 143
Klangmassage 143
Klassische Homöopathie 135
Klassisches Ballett 149
Klettern 147
Klima 9
Klopf-Akupressur 134
Klosterküche 125
Kochen 125ff
Kolumban 8
Kommunikation 67ff, 129
Kommunikationstraining 91ff
Konfliktmanagement 60
Konzentrationsförderung 129
Kopfrechnen 26
Koreanisch 115
Körpererfahrung 137ff, 158, 164f
Kosmetik 128
Kräuter 122, 125
Kreativität 66
Kreativitätstraining 37
Kreuzallergien 124
Krimadonna 23
Krimi 23, 24
Krimiherbst 24
Kroatisch 116
Kubismus 27
Küche, regional 125f
Kulturgeschichte 25
Kunst in Wiesbaden 27, 28
Kunstgeschichte 25
Kunsttherapeutisches Malen 37
Kürbis 125

L

Lach-Yoga 142
Landesbibliothek 11
Landküche 125
Latein 116
Lateinamerikanischer Tanz 151
Laufcoaching 144
Layout 79, 82
Lebensfreude 8
Lebensgestaltung 63, 158
Legasthenie 129
Lehrerfortbildung 119ff
Lehrkräftequalifizierung Sprachen 119ff
Leichte Küche 125
Leichtigkeit 131
Leistungsfähigkeit 132
Lernen lernen 67
Lerntherapie 129
Lesekreis 23
Lesen 67
Lesen und Schreiben lernen 94ff
Lexware 56, 64

L

Linux 79
Literatur 22
Literatur als Hobby 23
Lyrical Jazz Dance 151
Lyrik 22

M

Macht 68
Magdeburg 48
Make-up 128
Makroprogrammierung 78
Malen und Zeichnen ....31 – 38
Malreisen 36
Management 56ff
Mantra 137
Märchenstraße 49
Marktforschung 77
Massage 142f
Mediation 71, 132
Mediensucht 133
Meditation 137f
Meridian-Qigong 140
Metallgestaltung 38
Methodenkompetenz 61
Microsoft Access 78f
Microsoft Excel 77f
Microsoft Office 76ff
Microsoft Office Specialist 73
Microsoft PowerPoint 78
Microsoft Word 76f, 159
Mitarbeiterweiterbildung 54, 64
Mittelalterliche Speisen 126
Mittlere Reife 72
Moderation 68
Moderne Umgangsformen 66
Modezeichnen 32
Mörderische Schwestern 23
Mosaik-Workshop 38
Motivation 57
MS-Project 58
Mudras 142
Murnau 49
Musik 41
Musik-Improvisation 143
Musikbibliothek 41
Musiktheater 28
Mythos Atelier 48

N

Nacken-Schulter-Massage 142
Nähen 18f, 164
Nahrungsmittelunverträglichkeit 124
Nanas 38
Narzissmus 132
Natur 122
Naturheilkunde 135f
Navigation 19
Netzwerke 59
Netzwerktechnik 62
Neuro-Linguistisches Programmieren (NLP) 60, 131
Niederländisch 116
Niki de Saint Phalle 38
Nordic Walking 145
Nordindien 47
Nürnberg 49

O

Obertonsingen 143
Office 76ff
Office Specialist 73
Ölmalerei 34
Oracle 85
Orientalischer Tanz 150f
Orientierungspunkte 8
Origami 40
Oslo 49
Ottonen 48
Outlook 78

P

Paarbeziehung 132
Paarmassage 142f
Papier schöpfen 40
Paris 49
Partnersuche 132
Pascal, Blaise 8
Pastellmalerei 34
PC-Grundlagen 75, 81, 159
PC-Führerschein 162
PDF 79
Persisch 117

P

Persönlichkeitsentwicklung 60
Persönlichkeitspsychologie 129
Personzentrierte Kommunikation 129
Phantasie 22
Philosophie 8, 9
Photoshop 82
PHP 85
Pilates 146
Pilzführung 122
Platon 8
Politik am Nachmittag 11
Polnisch 117
Porträt 34
Portugiesisch 117
Potsdam 47
Power Dance 150
PowerPoint 68, 78
Pranayama 142
Präsentation 68
Prävention 133ff, 158
Preußen 47
Problemlösekompetenz 60
Problemlösung 60
Programmieren 85f
Progressive Muskelentspannung 138, 158
Projektmanagement 58
Prosa 22
Psychische Gesundheit 128ff
Psychologie 128ff
Psychologieeinführung 128
Psychoneuroimmunologie 134
Psychosomatik 134
Python 162

Q

Qi Gong 139f
Qualifizierung im Bürobereich 64, 71
Qualifizierung z. Seniorenbetreuer 64, 71
Qualifizierungsscheck 54, 74
Quitte 125
QuiZumba 151

R

Realschulabschluss 72
Recht 14, 15
Reden 67ff
Religion 10
Rente 18
Resteverwertung 126
Rhetorik 67ff, 91, 164
Risotto 126
Rückengymnastik 145
Rumänien 48
Rumba 150
Russisch 117

S

Salsa 151
Salsa-Aerobic 147
Sanaa 26
Schach 45
Schauspiel 28
Scheidung 14
Schlaf 131
Schmuckgestaltung 38, 39
Schönheit 9, 10, 22, 23, 41, 131
Schottische Poesie 23
Schottland 23, 24
Schreibworkshops 25
Schriftkunst 35
Schröpfen 136
Schulabschlüsse 72
Schüßler Salze 135
Schwedisch 117ff
Segeljollenkentertraining 154
Segeln 152ff
Sekretariat 62
Sektkellerei 47
Selbstbewusstsein 61
Selbstcoaching 130
Selbsthypnose 130
Selbstmanagement 67
Selbstmarketing 66
Selbstpräsentation 65
Selbstsicherheit 130f
Selbstverteidigung 149, 158, 165
Semestereröffnung 10
Seniorenarbeit 64, 71
Seniorenbetreuung 133
Serbisch 118
Sevillanas 150
Shiatsu 143

S

Short Range Certificate (SRC) 154
Showcooking 26
Siebenbürgen 48
Silberschmieden 39
Singles 127, 132
SmallTalk 70
Soiree (musikal.) 24
Song-Studio 42
Soziale Arbeit 132
Sozialkompetenz 58ff
Spanisch 109ff
Spielabend 10
Sport 144ff, 158
Sportbootführerschein 152ff
Sportküstenschifferschein 154
Sportschießen 148
Sportschifffahrt 152ff
Sprachberatung 88
Sprachprüfungen 90
Sprechfunkzeugnis 154
Sprungstelzen 147
SQL-Server 85
Staatstheater 28
Stadtarchiv 11
Stammbaum-Analyse 130
Steinbildhauerei 41
Stepptanz 151
Sterben 131
Steuer 18
Stil und Etikette 45, 60
Stimmbildung 30, 42
Stimme 134
Stockkampf 148
Storylab 24
Stressbewältigung 132, 134
Stricken 41
Stuttgart 48
Sucht 133
Suppen 125
Survival-Training 122
Swahili 118

T

Tai Chi Chuan 139
Tai Chi Qi Gong 139
Tandem 19
Tandem Deutsch-International 98
Tango Argentino 151
Tanz 149ff
Tastschreiben 63, 161
Team 57
Teamleitung 57
Telefon 62
Tempel 25
Tennis 147, 165
Thai 118
Thailändische Heilmassage 142
Theater 28
Theaterkurse 30
Tiere 122f
Tiergesundheit 123
Tirol 49
Tod 131
Toskana 46
Tourenplanung 19
Traditionelle Chinesische Medizin 123, 134, 136
Trommeln 42, 43
TRUST 30
Tschechisch 118
Türkisch 118
Türkisch als Muttersprache 118
Typbestimmung 128

U

Überzeugen 69
Umgangsformen 65
Umwelt 9, 10
Ungarisch 118
Unix 79
Unternehmenskommunikation 56

V

Vegane Ernährung 124
Verhaltenssucht 133
Verse 8
Vertrauen 66
Video 44
Villa Clementine 22
Visual Basic.net 86
Vortrag 68

W

Wahrnehmungsförderung 129
Walking 144
Walzer 150
Wassersport 144, 152ff
Webdesign 84
Webseite 84, 162
WeGeBau-Programm 54, 74
Wein 8, 46
Weiterbildung 54, 159
Weiterbildungen Sprachen 119ff
Wellness im Wasser 144
Wendo 149
Wetterkunde 154
Whisky 46
Wiesbaden 11, 47
Wildlife 164
Wirbelsäulengymnastik 145
Wirtschaftskompetenz 55, 64
Wohnungseigentumsrecht 14
Wolle 41
Word 76f, 81, 159
Wordpress 84
Work-Life-Balance 59

X, Y

Xing 59
Yoga 140ff, 158, 164f

Z

Zahl 5040 8
Zehn-Finger-Schreiben 62f
Zeichnen und Malen ....31 – 38
Zeitmanagement 63
Zen 10
Ziele 131
Zilgrei® 136
Zumba® 147
Zusatzausbildung 71
Zusatzqualifizierung DaZ 119
Zuschüsse 54, 74

Impressum

Das Programmheft der vhs Wiesbaden erscheint jedes Jahr im Juni und Dezember.
Anzeigenschluss:
jeweils 1. April
und 1. Oktober
Anzeigen:
Barbara Steichert,
Telefon (06 11) 98 89-127
Redaktion:
Hartmut Boger,
Annette Groth,
Marianne Latsch,
Renate Menning,
Harald Schott,
Anja Caroline Weber,
Elfriede Weber
Titelgestaltung:
Barbara Steichert
Foto Ferrari:
Dongliu/Shutterstock.com
Layout: Ernst, Wiesbaden
Druck: Caro-Druck,
Frankfurt a. M.
Auflage: 23.000 Exemplare

ESWE VERKEHR

Anfahrtsbeschreibungen zu den vhs-Häusern und zum vhs-Parkplatz finden Sie auf Seite 52.

vhs-Unterrichtsstätten

1 vhs
Volkshochschule, Geschäftsstelle
Alcide-de-Gasperi-Straße 4 (Haus A)
Alcide-de-Gasperi-Straße 5 (Haus B)
Alcide-de-Gasperi-Straße 1 (Haus C)
Buslinien: 5, 8, 15, 18, 38 (Willy-Brandt-Allee)

2 Kon
Volkshochschule, Zweigstelle
Konrad-Adenauer-Ring 15
Buslinien: 5, 8, 15 (Paulinen-Klinik)

3 Villa
Volkshochschule, Villa Schnitzler
Biebricher Allee 42
Buslinien: 4, 14, 47 (Nußbaumstraße)

4 NAU
Volkshochschule, Außenstelle
Naurod, Kellerskopfschule, Rudolf-Dietz-Straße 1
Buslinien: 20, 21, 22 (Fondetter Straße)

5 ARei
Atelier Renate Reifert, Breslauer Straße 9
Buslinien: 3,4, 14, 38 (Rathenauplatz)

6 ADH
Alfred-Delp-Haus, Tannhäuser Straße 44
Buslinien: 39 (Bleichwiesenstraße),
4, 14 (Tannhäuserstraße)

7 ASS
Adalbert-Stifter-Schule, Brunhildenstraße 2
Buslinien: 27 (Hasengartenstraße)

8 Bahn
Parkplatz im Bahnholz, Idsteiner Straße
Buslinien: 8B (Bahnholz)

9 Ba
Studio Balance, Henkellstraße 16
Buslinien: 4, 14 (Landesdenkmal)

10 BauH
BauHof Biebrich, Teplitzstraße 17
Buslinien: 3, 39 (Bunsenstraße)

11 BS
Biebricher Schloß; Treffpunkt: Treppe zur Rheinseite
Buslinien: 9, 14 (Schloss Biebrich)

12 CAS
Keramikwerkstatt Casselmann
Biebricher Allee 138
Buslinien: 4, 14 (Landesdenkmal)

13 Dotz
Parkplatz Waldfriedhof Dotzheim
Buslinien: 27, 39 (Waldfriedhof)

14 EHS
Elly-Heuss-Schule, Platz der Deutschen Einheit 2
Buslinien: 2, 3, 4, 5, 6, 14, 15, 17, 18, 21, 22,
23, 24, 27, 28, 33, 45, 48
(Platz der Deutschen Einheit)

15 EGK
Evangelisches Gemeindezentrum
Klarenthal, Graf-von-Galen-Straße 32
Buslinine: 2, 14, 17 (Klosterweg, Geschwister-Scholl-Str.)

16 FFD
Fiddle & Feet, School of Dancing, Winkeler Straße 6
Buslinien: 4, 17, 18, 23, 24, 27, 45, 47 (Loreleiring)

17 FGS
Fritz-Gansberg-Schule, Bierstadter Straße 11
Buslinien: 17, 18, 21, 22, 23, 24 (Blumenstraße)

18 FuDo
Fudochi Dojo, Waldstraße 95
Buslinien: 5, 8, 15, 18, 38 (Waldstraße)

19 Her
Küche Herweck, Kaiser-Friedrich-Ring 96
Buslinien:1, 3, 4, 6, 8, 14, 16, 22, 27, 28, 33, 37, 43, 45, 46, 47, 262

20 Heb
Hebbelschule, Raabestraße 2
Buslinien: 1, 5, 8, 15 (Schiersteiner Straße)

Mit dem **KULTURTICKET** kostenlos zur vhs!

Gültig (auch als **KombiTicket**) für TeilnehmerInnen an vhs-Veranstaltungen im Verkehrsverbund Mainz-Wiesbaden 2 Std vor und nach der vhs-Veranstaltung.

21 IWS
Interessensgemeinschaft Wiesbadener Schützen
IWS-Halle, Brunhildenstraße 55
Buslinien: 22, 27 (Berufsschulzentrum)

22 JAL
Flamencoschule Jaleo, Blücherstraße 20
Buslinien: 2, 14 (Gneisenaustraße)

23 KüCo
Küche & Co, Walter-Hallstein-Straße 5-7
Abendeingang:
Konrad-Adenauer-Ring/Ecke Schiersteiner Straße
Buslinien: 5, 8, 15, 18, 38 (Willy-Brandt-Allee)

24 KUE
kuenstlerhaus43, Obere Webergasse 43
Buslinien: 1, 8 (Webergasse)

25 LES
Ludwig-Erhard-Schule, Hans-Böckler-Straße 1
Buslinien: 24S, 24W, 27, 47 (Stephan-Born-Straße)
Parkmöglichkeit: Lasalle-Platz

26 MOS
Gymnasium am Mosbacher Berg
Mosbacher Straße 59
Buslinien: 4, 14, 47 (Theodor-Heuss-Ring)

27 Reso
Resonanzstiftung, Bahnstraße 10
Buslinien: 5, 15, 28 (Egerstraße)

28 Rad
Radisson BLU, Schwarzer Bock, Kranzplatz 12
Buslinien: 1, 8 (Webergasse)

29 Sta
Stadion Berliner Straße, Berliner Straße
Buslinien: 5, 15, 16, 28, 37, 45, 46, 48 (Berliner Straße)

30 THE
Thermalbad, Leibnizstraße
Buslinie: 18 (Thermalbad)

31 VIT
VITIS Tennis-Center, Oppelner Straße 3
Wiesbaden-Nordenstadt
Buslinie: 15 (Westring)

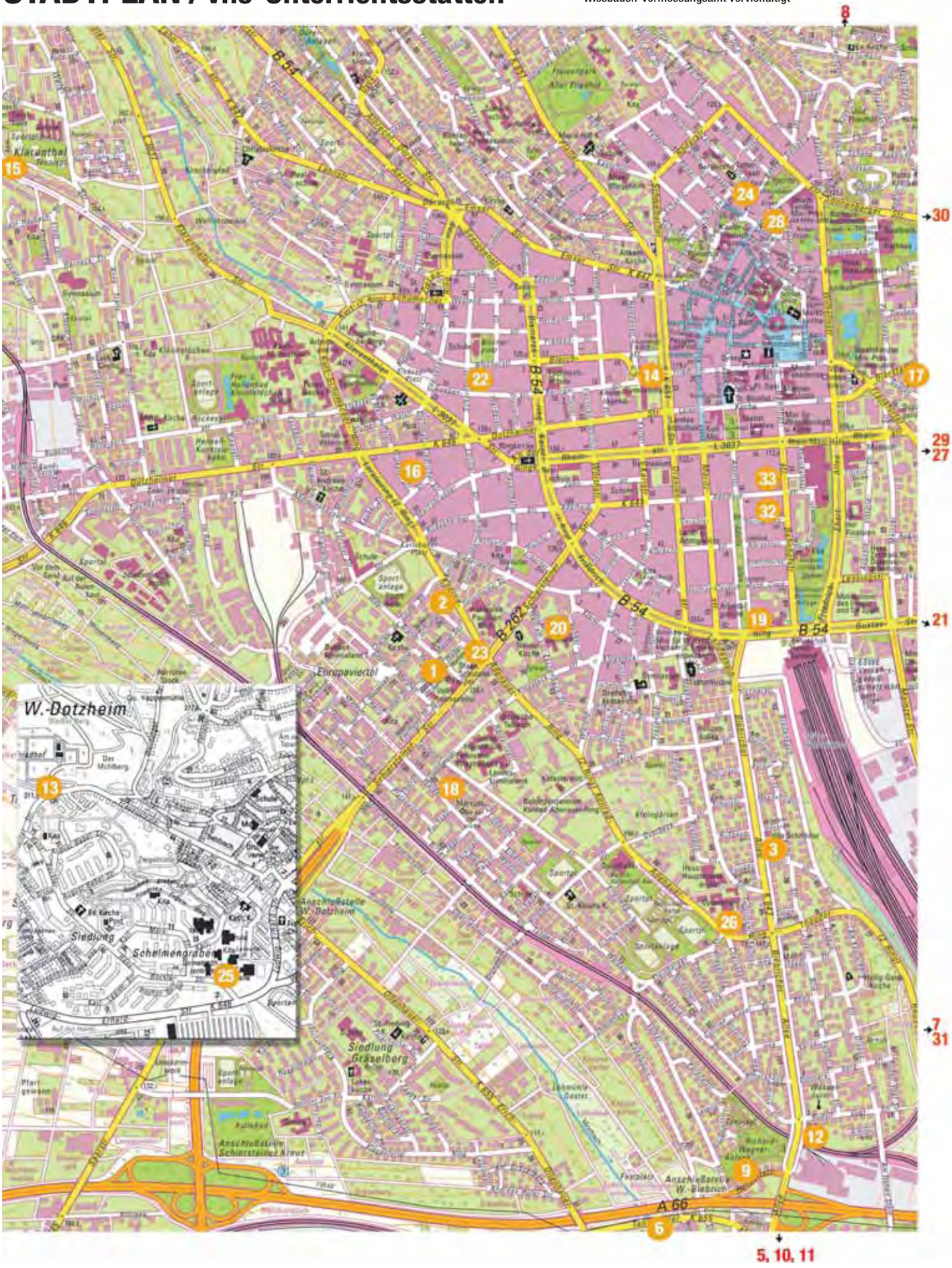
32 West
West-Side-Studio, Herrngartenstraße 12
Buslinien: 1, 4, 8, 14, 27, 45, 47
(Geschwister-Stock-Platz)

33 WuTe
Wu-Te Akademie, Bahnhofstraße 35
Buslinien: 1, 4, 8, 14, 27, 45, 47
(Rheinstraße / Rhein-Main-Hallen)

Kartengrundlage: Stadtplan 1 : 22500 / Mit Genehmigung
des Magistrats der Landeshauptstadt Wiesbaden - Vermessungsamt - vervielfältigt.

STADTPLAN / vhs-Unterrichtsstätten

Kartengrundlage: Stadtplan 1:22500
Mit Genehmigung des Magistrats der Landeshauptstadt
Wiesbaden-Vermessungsamt vervielfältigt



Spezial
Allgemeine Geschäftsbedingungen

§ 1 Allgemeines

(1) Wer sich zu einer der Veranstaltungen der Volkshochschule Wiesbaden e.V., nachfolgend vhs genannt, anmeldet, erkennt die AGB und die gültigen Hausordnungen der jeweiligen Veranstaltungsorte an.

(2) Diese AGB gelten für alle Veranstaltungen der vhs, auch für solche, die im Wege der elektronischen Datenübermittlung durchgeführt werden.

(3) Studienreisen/-fahrten und Exkursionen, die einen Dritten als Veranstalter und Vertragspartner ausweisen, sind keine Veranstaltungen der vhs. Insoweit tritt die vhs nur als Vermittler auf.

(4) Rechtsgeschäftliche Erklärungen (z. B. Anmeldungen und Kündigungen) bedürfen, soweit sich aus diesen AGB nichts anderes ergibt, der Schriftform oder einer kommunikationstechnisch gleichwertigen Form (Telefax, E-Mail). Erklärungen der vhs genügen der Schriftform, wenn eine nicht unterschriebene Formularbestätigung verwendet wird.

§ 2 Anmeldung und Vertragsschluss

(1) Die Ankündigung von Veranstaltungen ist unverbindlich.

(2) Die Anmeldung ist ein Vertragsangebot. Der/Die Anmeldende hat dabei alle zur Vertragsabwicklung erforderlichen Angaben zu machen. Der Veranstaltungsvertrag kommt durch Annahmeerklärung der vhs (Anmeldebestätigung) zustande. Die Anmeldebestätigung dient als Teilnahmeausweis und ist zu den Veranstaltungen mitzubringen.

(3) Sofern ein Dritter (Arbeitgeber, Behörde o. a.) das Entgelt und die besonderen Kosten übernimmt, ist die Vorlage einer schriftlichen Kostenübernahmeerklärung erforderlich. Absatz 2 gilt entsprechend.

(4) Mündliche oder fernmündliche Anmeldungen sind abweichend von § 1 Absatz 4 verbindlich, wenn sie durch die vhs schriftlich angenommen werden.

(5) Mit Abschluss des Veranstaltungsvertrages werden vertragliche Rechte und Pflichten zwischen der vhs als Veranstalterin und dem/der/den Anmeldenden begründet.

(6) Die vhs darf die Teilnahme von persönlichen und / oder sachlichen Voraussetzungen abhängig machen.

§ 3 Entgelt

(1) Das Veranstaltungsentgelt ergibt sich aus der bei Eingang der Anmeldung aktuellen Ankündigung der vhs. Die Anmeldung verpflichtet – unabhängig von der tatsächlichen Teilnahme – zur Zahlung des ausgewiesenen Entgeltes und der besonderen Kosten.

(2) Das Teilnehmerentgelt und die besonderen Kosten werden am Tag des Veranstaltungsbeginns in voller Höhe fällig.

(3) Bei nicht eingelösten Abbuchungsermächtigungen fällt pro Kurs eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 5,– € an.

(4) Ratenzahlung ist grundsätzlich nur bei Veranstaltungen möglich, die im Programm mit dem Vermerk »Ratenzahlung« gesondert ausgewiesen sind. Die Fälligkeitstermine für die einzelnen Raten werden bei der Anmeldung bekannt gegeben. Bei Verzug mit zwei aufeinander folgenden Raten oder einem Gesamtbetrag, der zwei Raten entspricht, wird die gesamte Restsumme sofort fällig.

§ 4 Personenbezogene Entgeltermäßigung

(1) Wir gewähren folgende Entgeltermäßigungen:
50% Ermäßigung gegen Vorlage einer gültigen Familienkarte der Landeshauptstadt Wiesbaden
20% für Schüler/innen, Studierende, Wehrdienst- und Bundesfreiwilligendienstleistende, Teilnehmende am Freiwilligen Sozialen Jahr und Auszubildende, Ehrenamtscard-Inhaber/innen und Schwerbehinderte
Die Ermäßigungen werden gegen Vorlage eines entsprechenden gültigen Nachweises gewährt.
20% bei Sozialhilfebezug und Arbeitslosigkeit gegen Vorlage eines Nachweises, der nicht älter als 3 Monate ist.
Auf Studienreisen/-fahrten, Rundgänge, Besichtigungen, Prüfungsentgelte, Vorträge und Materialkosten werden keine Ermäßigungen gewährt. Darüber hinaus sind Veranstaltungen, die nicht ermäßigbar sind, als solche gekennzeichnet.

(2) Der Ermäßigungsanspruch und seine tatbestandsmäßigen Voraussetzungen müssen bei der Anmeldung, spätestens jedoch einen Werktag vor Veranstaltungsbeginn, geltend gemacht und nachgewiesen werden. Sollten die Ermäßigungsnachweise nicht vorliegen oder nicht anerkannt werden, so wird das volle Entgelt fällig.

§ 5 Organisatorische Änderungen

(1) Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine/n bestimmte/n Dozenten/Dozentin durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen eines Dozenten / einer Dozentin angekündigt wurde.

(2) Die vhs kann aus sachlichem Grund Ort und Zeitpunkt der Veranstaltung ändern.

(3) Muss eine Veranstaltungseinheit ausfallen (beispielsweise wegen Erkrankung eines Dozenten / einer Dozentin), kann sie nachgeholt werden. Ein Anspruch auf einen Ersatztermin besteht jedoch nicht.

§ 6 Rücktritt und Kündigung durch die vhs

(1) Für das Zustandekommen einer Veranstaltung zum ausgewiesenen Entgelt ist eine Mindestteilnehmer/innenzahl notwendig. Wird diese Mindestzahl nicht erreicht, kann die vhs vom Vertrag zurücktreten. Eingezahlte Entgelte werden erstattet. Weitere Ansprüche der Teilnehmer/innen bestehen nicht. Wenn die vhs eine Veranstaltung trotz Unterschreitung der Mindestteilnehmer/innenzahl durchführen will, wird im Einvernehmen mit den Teilnehmer/innen bei gleichem Entgelt die Veranstaltungsdauer gekürzt oder es ist ein Entgeltaufschlag zu zahlen.

(2) Die vhs kann ferner vom Vertrag zurücktreten oder ihn kündigen, wenn eine Veranstaltung aus Gründen, die die vhs nicht zu vertreten hat ganz oder teilweise nicht stattfinden kann. In diesem Fall hat der/die Teilnehmer/in das Entgelt für die bereits stattgefundenen Unterrichtseinheiten anteilig zu zahlen.

(3) Entgelte werden nicht erstattet, wenn eine Veranstaltung aus Gründen höherer Gewalt von der vhs abgesagt werden muss.

(4) Die vhs kann den Vertrag in den Fällen des § 314 BGB aus wichtigem Grund fristlos kündigen. Ein wichtiger Grund liegt insbesondere in folgenden Fällen vor:

- Gemeinschaftswidriges Verhalten in Veranstaltungen trotz vorangehender Abmahnung und Androhung der Kündigung, insbesondere Störung des Informations- und Veranstaltungsbetriebes durch Lärm-, Geräusch- oder Geruchsbelästigungen oder durch querulatorisches Verhalten; bei besonders gravierendem Fehlverhalten bedarf es keiner vorherigen Abmahnung,
- Ehrverletzungen aller Art gegenüber dem/der Kursleiter/in, gegenüber Teilnehmer/innen oder Beschäftigten der vhs,
- Diskriminierung von Personen aus Gründen der Rasse oder wegen der ethnischen Herkunft, des Geschlechts, der Religion oder Weltanschauung, einer Behinderung, des Alters oder der sexuellen Identität,
- Missbrauch der Veranstaltungen für parteipolitische oder weltanschauliche Zwecke oder für Agitationen aller Art,
- Verstöße gegen die Hausordnung.
- Statt einer Kündigung kann die vhs den/die Teilnehmer/in auch von einer Veranstaltung ausschließen. Der Vergütungsanspruch der vhs wird durch eine solche Kündigung oder durch einen Ausschluss nicht berührt.

§ 7 Kündigung und Widerruf durch den/die Teilnehmer/in

(1) Bei Abmeldung bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn entfällt die Zahlungsverpflichtung. Bereits gezahlte Entgelte und besondere Kosten werden in voller Höhe erstattet.

(2) Bei späterer Abmeldung bis einen Werktag vor Veranstaltungsbeginn wird eine Abmeldegebühr i. H. v. 30% des Entgeltes, mindestens jedoch von 5 Euro erhoben. Besondere Kosten sind in voller Höhe zu zahlen.

(3) Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns besteht kein Anspruch auf Erstattung des Entgeltes und der besonderen Kosten. Dies gilt auch bei Erkrankungen und bei Änderungen der persönlichen oder beruflichen Verhältnisse des Teilnehmers / der Teilnehmerin.

(4) Ein etwaiges gesetzliches Widerrufsrecht (z. B. bei Fernabsatzgeschäften) bleibt unberührt.

(5) Der/Die Teilnehmer/in kann den Vertrag ferner kündigen, wenn die weitere Teilnahme an der Veranstaltung wegen organisatorischer Änderungen nach § 5 Absatz 2 unzumutbar ist. In diesem Fall hat der/die Teilnehmer/in das Entgelt für die bereits stattgefundenen Unterrichtseinheiten anteilig zu zahlen.

(6) Die Kündigung oder der Widerruf muss in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) erfolgen. Maßgebend für die rechtzeitige Absendung ist bei Briefen das Datum des Poststempels. Liegt dieser nicht vor oder ist er nicht erkennbar, wird der Eingangsstempel bei der vhs abzüglich zweier Werktage angenommen. Die Kündigung oder der Widerruf wird von der vhs schriftlich bestätigt. Telefonische Abmeldungen sind nicht möglich.

(7) Erstattungen können nur unbar erfolgen.

§ 8 Ummeldung

(1) Eine Ummeldung von einem Kurs in einen vergleichbaren anderen Kurs im laufenden Programm kann nur vor Veranstaltungsbeginn und mit Zustimmung der vhs erfolgen. Bereits gezahltes Entgelt und besondere Kosten werden verrechnet.

(2) Für jede Ummeldung innerhalb von 10 Tagen vor Veranstaltungsbeginn wird eine Bearbeitungspauschale in Höhe von 5 Euro erhoben. Ab dem Tag des Veranstaltungsbeginns besteht kein Anspruch auf Ummeldung.

§ 9 Teilnahmebescheinigungen

Die Teilnahme an einer Veranstaltung kann unter der Voraussetzung regelmäßiger Teilnahme (mind. 80%) auf Wunsch bescheinigt werden. Die Ausstellung einer Teilnahmebescheinigung darüber hinaus ist bis spätestens zwei Jahre nach Ablauf des Jahres, in dem die Veranstaltung beendet ist, verbindlich möglich.

§ 10 Urheberschutz

(1) Fotografieren, Filmen und Aufnahmen auf Tonträger in den Veranstaltungen sind grundsätzlich nicht gestattet. Evtl. ausgeteiltes Lehrmaterial darf ohne zuvor erteilte Genehmigung der vhs nicht vervielfältigt oder gewerblich genutzt werden.

(2) Jede/r Teilnehmer/in an EDV-Veranstaltungen hat zu beachten, dass nach dem Urheberrecht das Kopieren und die Weitergabe der für Lehrzwecke zur Verfügung gestellten Software unzulässig sind.

§ 11 Datenschutz

Die Volkshochschule Wiesbaden e.V. unterliegt den Regelungen des Bundesdaten- schutzgesetzes in der jeweils gültigen Fassung. Zum Zwecke der Verwaltung der Veranstaltungen setzt die vhs automatisierte Datenverarbeitung ein. Dabei werden mit der Anmeldung folgende Daten erfasst: Name, Vorname, Anschrift, Alter, Geschlecht, Nationalität, Telefonnummer, Kursnummer, Semester, Kurstitel und Entgelt, im Falle einer Einzugsermächtigung die Bankverbindung. Zu statistischen Zwecken wird die Einteilung in Altersgruppen, die Angabe männlich/weiblich anonymisiert weiterverarbeitet. Zum Zwecke des Bankeinzugsverfahrens werden Name, Vorname, Bankverbindung, Entgelt und Veranstaltungsnummer an die Hausbank der vhs übermittelt. Mit Anmeldung stimmen die TeilnehmerInnen der Verarbeitung der Daten zu. Auf die einschlägigen datenschutzrechtlichen Bestimmungen wird hingewiesen.

§ 12 Haftung

(1) Schadenersatzansprüche des Vertragspartners / der Vertragspartnerin oder des Teilnehmers / der Teilnehmerin gegen die vhs sind ausgeschlossen, außer bei Vorsatz und grober Fahrlässigkeit.

(2) Der Ausschluss gemäß Absatz 1 gilt ferner dann nicht, wenn die vhs Pflichten schuldhaft verletzt, die das Wesen des Vertrages ausmachen (Kardinalpflichten), ferner nicht bei einer schuldhaften Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit des Teilnehmers / der Teilnehmerin.

§ 13 Bildungsurlaube, Studienreisen/-fahrten, Prüfungen und Langzeitkurse

Für Bildungsurlaube, Prüfungen, Langzeitkurse und die von der vhs durchgeführten Studienreisen/-fahrten ins In- und Ausland gelten besondere Bedingungen.

§ 14 Schlussbestimmungen

(1) Das Recht, gegen Ansprüche der vhs aufzurechnen wird ausgeschlossen, es sei denn, dass der Gegenanspruch gerichtlich festgestellt oder von der vhs anerkannt worden ist.

(2) Ansprüche gegen die vhs sind nicht abtretbar.

(3 Sollten einzelne Bestimmungen der Allgemeinen Geschäftsbedingungen ganz oder teilweise nichtig sein, wird hierdurch die Wirksamkeit der übrigen Vertragsteile nicht berührt. Abweichend ausgehandelte Abmachungen sind nur gültig, wenn sie schriftlich vereinbart worden sind. Das gilt auch für eine Vereinbarung, die einen Verzicht auf die Schriftform beinhaltet.

(4) Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen für die Volkshochschule Wiesbaden e.V. treten am Tage nach der amtlichen Bekanntmachung in Kraft. Sie kommen erstmalig zur Anwendung für alle Veranstaltungen, die ab dem 01.12.2009 beginnen. Alle früheren Geschäftsbedingungen verlieren zu diesem Zeitpunkt ihre Gültigkeit.

(Beschlossen in der Sitzung des Vorstands der Volkshochschule Wiesbaden e.V. am 20.11.2009)

Achtung: Geschäftsbedingungen bei Sprachprüfungen
Die Prüfungsgebühr wird sofort bei Anmeldung fällig. Rücktritt vor Anmeldeschluss ist gegen Entrichtung einer Verwaltungsgebühr in Höhe von 5,– € möglich. Danach gelten bei Rücktritt die Rücktrittsbedingungen der Prüfungsorganisationen (z.B. telc, Goethe-Institut, SWEDEX)

Kollektion Herbst/Winter´12

Unsere Mode-Aktionen

Lamahaar-Aktion:
10.–19. August 2012
Lamahaar-Artikel
stark reduziert!

BASLER-Modetag:
03. September 12
von 13.00–18.00 Uhr

SCHÖFFEL-Woche:
01.–06. Oktober 2012

Wir freuen uns auf Sie!

BOGNER JEANS · BASLER · Betty Barclay · BRAX FEEL GOOD · GERRY WEBER · Laurèl · SPORTALM KITZBÜHEL · u.v.m.

Peter Hahn

hochwertige Mode und exklusive Marken

Modehaus Wiesbaden · Marktstraße 10 · Tel.: 06 11/9 32 00 10 · www.peterhahn.de
Wir sind für Sie da: Mo., Di., Do., Fr. 9.30–19.00 Uhr, Mi. 9.00–19.00 Uhr, Sa. 9.00–18.00 Uhr

Hugendubel.de
Die Welt der Bücher

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg mit Ihrem VHS-Kurs!

Weiterkommen mit Hugendubel!

Wir bieten Ihnen eine goße Auswahl an Fach- und Sachbüchern für die unterschiedlichsten Wissensgebiete und Interessen.

Hugendubel. Für jeden mehr drin.

Die Welt der Bücher in Wiesbaden:
Kirchgasse 17, Mo bis Sa 9.30 bis 20.00 Uhr

Auch online auf **Hugendubel.de**